

UNIVERZITA KARLOVA

Filozofická fakulta

Katedra psychologie



# BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Denisa Zábranská

**Odpuštění a smíření z psychologického hlediska**

**Forgiveness and reconciliation from the psychological  
point of view**

Praha 2018

Vedoucí práce: PhDr. Jaroslav Šturma

Konzultant: José Miguel García Ramírez

## Poděkování

*Děkuji panu PhDr. Jaroslavu Šturmovi za vstřícné vedení této bakalářské práce. Za jeho rady, připomínky a podporu. Děkuji PhDr. Renatě Hacklové Ph.D a mému konzultantovi Josému Miguelovi García Ramírezovi za jejich ochotu předávat mi cenné rady, připomínky a pomoc při psaní.*

*Také děkuji mé rodině a přátelům, kteří mi byli oporou a podporovali mě.*

## Prohlášení

*Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně, že jsem řádně citovala všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.*

*V Praze dne 1.5.2018*

.....

*Denisa Zábranská*

## **Abstrakt**

Bakalářská práce si klade za cíl uvést čtenáře do problematiky odpuštění, smíření a jejich společných aspektů a poskytnout tak základní poznatky. V literárně přehledové části textu jsou v prvních dvou kapitolách odděleně rozpracovány fenomény odpuštění a smíření. Kapitoly začínají obecným úvodem, teoretickým vymezením fenoménů a jejich možnými druhy. Je charakterizováno i neodpuštění. Dále je popsán jejich proces, předpoklady, faktory a důsledky. Třetí kapitola se zabývá společnými aspekty, kterými jsou předcházející události, jejich atribuce a volba strategie. Závěr této kapitoly obsahuje popis kombinací těchto fenoménů a jejich terapeutické využití. Druhá část práce obsahuje návrh na výzkumný kvalitativní projekt. Jeho cílem je zmapování problematiky smíření a role odpuštění v procesu smíření. Sběr dat je navržen pomocí polostrukturového rozhovoru se seniory starších šedesáti pěti let.

## **Klíčová slova**

Odpuštění, smíření, neodpuštění

## **Abstract**

This work aims to introduce readers to the issue of forgiveness, reconciliation and their common aspects and provide basic knowledge. The literary overview of the text in the first two chapters separately deal with the phenomena of forgiveness and reconciliation. Chapters begin with a general introduction, the theoretical definition of phenomena and their possible types. Unforgiveness is also described. The following describes the process conditions, factors and implications. The third chapter covers common aspects that are preceding events, the attribution and option strategies. The conclusion of this chapter contains a description of the combination of these phenomena and their therapeutic uses. The second part contains the proposal for a qualitative research project. Its aim is to analyze the role of reconciliation and forgiveness in the reconciliation process. Data collection is designed using semistructured interview with senior citizens older than sixty five years.

## **Keywords**

Forgiveness, reconciliation, unforgiveness

## **Obsah**

Úvod	8
1. ODPUŠTĚNÍ	10
1.1 Historické kořeny	10
1.2 Vymezení pojmu	10
1.3 Druhy odpuštění	12
1.4 Neodpuštění	12
1.5 Proces odpuštění	13
1.6 Předpoklady	14
1.7 Faktory odpuštění	15
1.8 Dopady	18
2. SMÍŘENÍ	20
2.1 Biologické kořeny	20
2.2 Vymezení pojmu	20
2.3 Druhy smíření	21
2.2.1 Socioemocionální smíření	23
2.2.2 Instrumentální smíření	24
2.3 Faktory ovlivňující smíření	25
2.4 Proces smíření	27
2.5 Předpoklady	29
2.6 Důsledky	29
3. DOPLŇUJÍCÍ ASPEKTY ODPUŠTĚNÍ A SMÍŘENÍ	31
3.1 Předcházející události	31

3.2 Atribuce přestupku	32
3.3 Volba strategie	33
3.3.1 Unilaterální strategie reakce	33
3.3.2 Bilaterální strategie	35
3.4 Kombinace odpuštění a smíření	37
3.5 Terapeutické využití	39
4. NÁVRH VÝZKUMNÉHO PROJEKTU	41
4.1 Východiska a cíle výzkumu	41
4.2 Výzkumné otázky	42
4.3 Metody	42
4.4 Výzkumný soubor a jeho popis	43
4.5 Výběr respondentů	43
4.6 Sběr dat	44
4.7 Zpracování dat	45
5. DISKUZE	46
Závěr	48
Seznam použité literatury	49
Přílohy	62

## Úvod

Každý člověk se v životě setká s psychologickým zraněním v mezilidských vztazích. Například se může jednat o urážku, ponížení, či nevěru. Některé vztahy se po takovém incidentu zpřetrhají a jindy se lidé smíří a pokračují ve vztahu. Dle Nadlera a Shnabel (2008) je klíčové v tomto procesu odpuštění.

Co je smíření? Co obsahuje a jak probíhá? Jakou roli při něm hraje odpuštění, které s ním často bývá zaměňováno? Odpuštění a smíření je součástí mnoha lidských životů a má významný vliv na psychiku člověka, především v udržování a obnovování duševní pohody. Korová, která přežila holocaust a prožila odpuštění, tak ve své knize uvádí:

*“Doufám, že se mi nějakým skromným způsobem podaří poslat světu vzkaz o odpuštění. Vzkaz o míru. Vzkaz o naději. Vzkaz o uzdravení.”* (Kor & Rojany-Buccieri, 2015).

Někdy při nesprávném pochopení a aplikování, může odpuštění a smíření ublížit, proto je cílem této práce jasně popsat i jejich limity. Tato práce slouží jako teoretický úvod do studia odpuštění a smíření a tím slouží jako základ k jejich následnému aplikování v psychoterapeutickém kontextu. Smíření je běžně rozšířený jev v mezilidských vztazích, který má psychologický průběh i dopad na člověka.

V minulosti se odpuštěním a smířením věnovala náboženství, avšak příslušnost lidí k náboženství se v České Republice postupem času snižuje (Český statistický úřad, 2014). Teolog Halík (2005) se domnívá, že mnoho Čechů již nevěří v Boha ani žádnou církev, avšak věří v “něco”. Tuto víru nazývá “Něcismus”. Ta neobsahuje žádné společné rituály, ani setkávání. Je to v podstatě přesvědčení a názor daného člověka. Neprobíhala v něm organizovaná edukace odpuštění či smíření, jak se tomu děje v tradičních náboženstvích. Proto se domnívám, že je potřebné, aby i psychologie a pokračovala tak v činnosti výzkumné, edukační, intervenční a terapeutické. K tomu slouží tato práce, která ve stručné podobě seznámí čtenáře s relevantními informacemi a vybranými zahraničními výzkumy.

Tato bakalářská práce je koncipovaná jako hlubší teoretický úvod do tematiky odpuštění a smíření. V teoretické části se nejprve budu zabývat odpuštěním, jeho vymezením a druhy, neodpuštěním, procesem odpuštění, předpoklady a faktory. V závěru kapitoly zmíním jak pozitivní důsledky odpuštění, tak negativní.



Ve druhé kapitole uvedu základní poznatky o smíření. Především jeho teoretické vymezení, popsané druhy a jeho proces. Dále popíšu předpoklady, faktory a důsledky.

Třetí kapitola bude obsahovat vybrané společné aspekty odpuštění a smíření. Na začátku budou popsány jejich předcházející události, atribuce těchto událostí a alternativní návrhy jiných řešení. Rozpracuji zde také roli omluvy a formy komunikace odpuštění. Budou popsány různé kombinace odpuštění a smíření a nakonec bude uvedeno terapeutické využití těchto fenoménů.

V empirické části této práce navrhnu kvalitativní výzkum, který bude zkoumat proces smíření v mezilidských vztazích. Především se zaměřím na roli cyklu omluvy a odpuštění, který je v teorii Nadlera a Shnabel (2008) klíčový. Zajímá mě jeho prezence/absence, způsob jeho sdělení (explicitní/implicitní) a další charakteristiky. Původně jsem zamýšlela kvantitativní výzkum, avšak při hlubších úvahách nad tématem jsem si uvědomila složitost problematiky a důležitost toho, aby byla zkoumána v co nejširším kontextu. Protože je toto téma v psychologii zkoumáno relativně nově, tak je důležité zkoumání dalších souvislostí.

Informace čerpám především ze zahraniční literatury, protože v zahraničí probíhá nejrozsáhlejší studium tohoto tématu. Výběr je složen jak z teoreticky ucelených konceptů od významných autorů zabývajících se touto problematikou, tak i z nejnovějších článků a výzkumů, doplňujících aktuální informace a odlišné úhly pohledu. Zdroje jsou v této práci ocitovány dle citační normy APA (2010).

# 1. ODPUŠTĚNÍ

Základem slova odpuštění je sloveso "pustit", což znamená akt uvolnění, přestání držení a vzdání se něčeho. Předpona "od" zdůrazňuje skutečnost a finalitu tohoto záměru (Křivohlavý, 2004). V angličtině se používá slovo "forgive", což je v doslovném překladu složenina dvou slov "pro" a "dát", která odkazuje na odpuštění ve smyslu altruistického daru, nenárokování si pomsty a zanechání zášti. ("Forgive", 2017).

## 1.1 Historické kořeny

V minulosti se odpuštěním zabývaly především různé náboženské směry. Pojetí i proces odpuštění se mezi nimi lišil. Rozdíly jsou především ve vymezení odpuštění jako unilaterálního nebo bilaterálního procesu, tj. vyžadujícího ochotu viníka omluvit se a projevit lítost. V křesťanství je odpuštění jedním z ústředních témat a je chápáno jako povinnost věřícího. Odpuštění druhým je absolutní, aniž by byla vyžadována lítost anebo omluva provinilého. V základní modlitbě Otče náš je zakomponovaná pasáž "odpusť nám, jako i my odpouštíme našim viníkům", což demonstruje důležitost odpuštění. Trochu jinak je tomu v judaismu, kde je věřící také povinen odpustit, avšak až po dostatečném uvědomění a olitování činu viníkem. Podstatná je snaha o odčinění. V islámu je preferovanou odpovědí na provinění odpuštění, avšak na závažná provinění je akceptována i odplata. Buddhismus učí empatii, laskavosti a soucitu, jejímž prostřednictvím se uskuteční pochopení provinilého a změna postoje k provinění. Je možné, že poté už není odpuštění potřebné, protože již není co odpouštět. Oběť zcela pochopí okolnosti provinilého a soucítí s ním, neboť buddhismus učí, že celý život je pro lidské bytosti utrpení (samsára). Hinduismus podporuje odpuštění těm, kteří litují svá provinění, avšak některé hinduistické prameny podporují odpuštění i bez lítosti (Ransley & Spy, 2004)

Odpuštěním se zabývali i filosofové v klasickém starověku, avšak neužívali tento pojem tak, jako je užíván nyní. Odpuštění jako takové neexistovalo, bylo připojeno ke smíření (sungnômê). Tento pojem byl chápán jako souhrnný nadřazený pojem pro spoluúčast, trpělivost a toleranci při řešení provinění. Jiné pojetí bylo, že v období antiky bylo odpuštění součástí "ctnosti" shovívavosti, která byla spojována s člověkem vysokých morálních kvalit anebo společenského postavení. (Sucharek, 2017)

## 1.2 Vymezení pojmu

Tak jako existují rozdíly napříč historií a náboženstvími ve vnímání odpuštění, tak existují i rozdílná pojetí a přístupy na vědeckém poli psychologie. Někteří teoretici zdůrazňují

afektivní, kognitivní a behaviorální aspekt odpuštění (Enright & The Human Development Study Group [HDSG], 1998), zatímco jiní přikládají důležitost pouze aspektům motivačním. (McCullough, Rachal, Sandage, Worthington, Brown & Hight, 1998) Někdo zdůrazňuje jeho interpersonální aspekt (Worthington, 2005) a někdo odpuštění jako intrapsychickou transformaci (Luskin, 2007).

Existují další teoretické modely, které definují odpuštění jako proces (Enright & HDSG, 1998), odpuštění jako multidimenzionální fenomén (Worthington, 2005) a také jako výsledek mnoha motivační činitelů a předpokladů (McCullough, Pargament & Thoresen, 2000).

Tato variabilita pojetí a definování odpuštění je pozorovatelná i v kvalitativním výzkumu, který byl realizovaný na amerických studentech psychologie (N=270). Téměř polovina (45,6%) respondentů chápala odpuštění pouze jako intrapersonální. Přibližně pětina (20%) uváděla odpuštění jako posílení pozitivních a uvolnění negativních reakcí. Zbytek zdůraznil pouze jeden z daných aspektů. Nejvíce zastoupený v odpovědích byl kognitivní aspekt (38,1%), dále pak emocionální (35,2%) a behaviorální (28,5%). Tento výzkum dokazuje, že odlišně vnímají odpuštění také jedinci. Na základě závěrů výzkumníci navrhli tři dimenze odpuštění: a) orientace (intrapersonální / interpersonální) b) směr (redukce negativních reakcí/posílení pozitivních reakcí) a c) formy (emocionální, kognitivní a behaviorální) (Lawler-Row, Scott, Raines, Edlis-Matityahou, & Moore, 2007).

Nejvýstižnější definice odpuštění je od McCullougha, Pargamenta a Thoresena (2000), kteří navrhuji že „*odpuštění je intra-individuální prosociální změna k vnímanému viníkovi, která je situovaná ve specifickém personálním kontextu*“. Tito autoři uvádí, že pro většinu pojetí odpuštění je společné to, že oběť nahrazuje vůči viníkovi negativní postoje, pocity a reakce za pozitivnější. Tyto pozitivní reakce mohou mít např. podobu přiblížení se (Bono, McCullough & Root, 2008), rozvoje důvěry (Wieselquist, 2009), a navázání konstruktivní komunikace (Fincham & Beach, 2002).

Neexistuje jednotné vymezení toho, co odpuštění je, avšak existuje konsenzus mezi tím, co není. Odpuštění není pouze společenskou hrou, ani neobsahuje pardonování, omlouvání, tolerování, popření, promíjení či omilostnění (Křivohlavý, 2004). Mýlně bývá také ztotožňováno se zapomenutím a smířením, které mohou být jeho následkem, ale nemusí. Zajímavý výzkum

(N=122) byl proveden na zjištění nejčastějšího antonyma odpuštění. Polovina respondentů (49 %) zmínila emoci zášti či nevraživosti (grudge) a pětina (19 %) uvedla pomstu (revenge), tedy chování (Orr, Sprague, Goertzen, Cornock, & Taylor, 2005).

### 1.3 Druhy odpuštění

Worthington (2006) definoval dvě dimenze odpuštění: rozhodovací a emocionální/motivační. Tyto formy odpuštění mohou existovat nezávisle na sobě nebo být v libovolné kombinaci. Rozhodnutí odpustit se může objevit, aniž by ho doprovázelo emocionální odpuštění. Pokud se toto emocionální odpuštění neobjeví, tak se může jednat o tzv. **prázdné odpuštění**, které sice bylo vyjádřeno, ale nebylo prožito. Díky spontánnímu soucitu je možné nejprve prožít emocionální odpuštění. Pokud není vyjádřeno viníkovi, tak se jedná o **tiché odpuštění** (Baumeister, Exline & Sommer 1998) a viník se o něm nedozví.

Dále Worthington (2006) třídí odpuštění buď jako **stavové** nebo **rysové**. Stavové je jedno aktuální odpuštění v dané situaci a rysové odpuštění je obecný osobnostní rys odpouštět. Při chápání odpuštění jako rysu je však otázkou, zda tato tendence odpustit není selektivní, tedy zda není zaměřena jen na některé typy prohřešků, zatímco jiné druhy mohou způsobovat obtíže s odpouštěním. Kim a Enright (2016) proto navrhují, že odpuštění může být **naučená dovednost** člověka neboli copingová strategie na zvládání prohřešků, která se postupem času může stát rysem osobnosti. Člověk se může stát odpouštějícím tím, že praktikuje odpuštění, což by odpovídalo i Aristotelovu pojetí odpuštění jako morální ctnosti (Enright, & Fitzgibbons, 2015).

Dále se odpuštění může rozdělovat podle toho, komu je odpouštěno. Nejčastějším předmětem zkoumání je **odpuštění druhým**. Nicméně existuje i **sebeodpuštění** po přečiněních sám proti sobě, kterých člověk lituje a cítí vinu (Wohl, DeShea & Wahkinney, 2008). Někdy lidé cítí zášť i vůči ublížením, které nezpůsobila žádná konkrétní osoba, ale třeba příroda, či systémová chyba (Thompson et al., 2005). Odpuštění Bohu (Krause & Ellison, 2003) může být aktuální pro lidi religiózně zaměřené, kteří si určité nepříznivé situace mohou vysvětlovat jako boží vůli a mohou tak Boha vinit z uskutečnění.

### 1.4 Neodpuštění

Abychom mohli odpuštění hluboce porozumět, je třeba zkoumat a zabývat se i neodpuštěním. Na první pohled by se mohlo zdát, že neodpuštění je pouze protikladem odpuštění, a že leží na druhém konci škály. Dříve Worthington definoval (2005) neodpuštění

jako *“negativní emocionální komplex, který zahrnuje rozhořčení (resentment), hořkost, vztek a strach, který často doprovází ruminace”*, avšak nejnovější výzkumy neodpuštění ukazují, že neodpuštění a odpuštění nejsou pouhé protiklady. Jsou si příbuzné a některé dimenze mají společné, avšak jsou to rozdílné konstrukty (Stackhouse, Jones Ross, & Boon, 2018), které je potřeba odlišovat a všímat si jiných aspektů.

Stackhouse, Jones Ross a Boon, (2018) provedli několik výzkumů, na jejichž základě pak vytvořili dotazník neodpuštění (UFM). Pomocí rozhovorů se studenty (N=27) a faktorové analýzy definovali tři subškály a dimenze neodpuštění, kterými jsou:

- Kognitivně-hodnotící neodpustitelnost (cognitive-evaluative unforgiveness),
- emocionálně-ruminující neodpustitelnost (emotional-ruminative unforgiveness),
- rekonstrukce viníka (offender reconstrual).

Kognitivně-hodnotící dimenze reprezentuje kognitivní aspekt neodpuštění. Kognitivnímu hodnocení podléhají různé faktory, jako je vzájemné posuzování morálky jak viníka, tak oběti. Posuzuje se záměrnost prohřešku či nákladnost odpuštění, která se může zdát jako nedostatečně výhodná z hlediska nákladů (Rapske, Boon, Alibhai, & Kheong, 2010). Jsou provinění, která mohou být vnímána jako neodpustitelná a člověk se rozhodne neodpustit. Dalším úsudkem, který se může objevit při neodpuštění, je posuzování odpuštění jako bránění výkonu spravedlnosti, anebo může být vnímáno jako proces blokující dosažení spravedlnosti pomocí trestu (Exline, Worthington, Hill, & McCullough, 2003).

Emocionálně-ruminující neodpustitelnost reprezentuje klasické pojetí neodpuštění (Worthington, 2005). Tou je ruminace negativních myšlenek a spouštění se negativních emocí, kterými jsou zášť, hostilita, vztek a další emoce spjaté s neodpuštěním.

Rekonstruovaný názor na viníka je další dimenzí. Oběť nemůže rozptýlit svůj pohled na viníka, který se pozměnil a zakalil po vykonaném prohřešku. Pojetí viníka se změnilo na negativní.

## **1.5 Proces odpuštění**

Odpuštění je dynamický jev a jeho uskutečňování probíhá obvykle v delším časovém úseku (Křivohlavý, 2004). Existuje více než 16 teorií, jak tento proces probíhá a stále nové

přibývají (Gorsuch & Walker, 2004). Pro uvedení do tématu uvedu klasický 20 krokový model (Enright & HDSG, 1996), který bývá používán i v intervenčních programech.

Tento model popisuje proces odpuštění do čtyř fází. Pořadí těchto fází je flexibilní, proto je možné některé kroky přeskakovat, či se navracet se předešlých.

### **Fáze odkrytí**

V 1 - 8 kroku se osoba dostává do kontaktu s bolestí a kognitivně zpracovává celou situaci. V této fázi probíhá uvědomování si a prožívání rozličných emocí spjatých s ublížením. Osoba si začíná uvědomovat své postojoyé změny a negativní dopad události na svůj život. Může v různé intenzitě prožívat negativní emoce spjaté s ublížením jako např. smutek, vztek, zášť, bezmocnost.

### **Fáze rozhodování**

V krocích 9-11 osoba začíná kriticky zvažovat svou situaci a uvažuje o odpuštění jako o alternativní reakci na situaci.

### **Pracovní fáze**

Kroky 12-15 obsahují přerámování situace a pohledu na provinilého. Toto přerámování často vede k pocitům empatie a soucitu ze strany potencionálního odpuštějícího. Poslední krok zahrnuje akceptování a absorpci bolesti a bývá zdůrazňován jako klíčový.

### **Fáze výsledků**

V posledních pěti krocích si opouštějící osoba uvědomuje akt darování odpuštění a prožívá hojení. Může si uvědomit nový smysl celého incidentu a případné pozitivní dopady na svůj život.

## **1.6 Předpoklady**

Je mnoho názorů na téma existence předpokladů. Teoretici především zkoumají roli omluvy a kompenzace. (Enright & HDSG, 1996) uvádí, že odpuštění nemá žádné předpoklady a definuje ho jako morální dárek (moral gift). Oběť nabízí odpuštění nepodmíněně, aniž by si viník uvědomil problematiku svého chování a nějak ho odčinil.

Jiní navrhuji, že předpokladem odpuštění je uvědomění viníka si svého přečinu, přijetí zodpovědnosti, vyjádření lítosti a upřímné omluvení se za škodu, kterou způsobil (Chapman, 2007).

Spravedlnost v podobě potrestání viníka nebo kompenzace oběti je považována jako důležitá pro jiné teoretiky (Exline et al., 2003). Je zajímavé, že některé studie potvrdily, že absence spravedlivého potrestání zvyšuje touhu po pomstě ilegální cestou (Allan, Allan, Kaminer & Stein, 2006).

Kvantitativní výzkum zkoumal předpoklady k odpuštění mladých libanonců, kteří přežili extrémně kruté zacházení a týrání. Tito lidé neobdrželi ani omluvu a nebylo dosaženo spravedlnosti za provinění. Někteří uváděli jako důvod pro odpuštění, aby se přiblížili jejich pozitivním vzorům z jejich referenční skupiny. Někteří se rozhodli osvobodit sami sebe od hořkosti a zášti a jeho dopadu na jejich život. Dotazovaní dále uváděli, že chtějí odpustit kvůli jejich náboženské víře, která je nabádá k tomu, aby odpustili (Nyarko & Punamäki, 2017).

## **1.7 Faktory odpuštění**

Zajímavý výzkum, který byl realizován v České republice, zkoumal další faktory odpuštění na obětech perzekuce a porušování lidských práv v komunistickém režimu (David & Choi, 2006). Pomocí multivariační analýzy (N=826) bylo zjištěno, že signifikantní vliv na odpuštění u tohoto typu prohřešku souvisí s individuálním, sociálním i politickým zmocněním (empowerment), potrestáním viníka, omluvou a četností návštěvy kostela. Také zlepšení socioekonomického statusu po prohřešku, reparace škod a rehabilitace oběti ovlivňovala pozitivně odpuštění. Odpuštění podporují pozitivní sociální vztahy oběti s okolím. Bylo zjištěno, že, čím lepší byl vztah se sousedy, tím vyšší bylo odpuštění. Proces odpuštění posilovalo také nalezení smyslu, tedy politického využití jejich utrpení. Potrestání viníka může pomáhat obětem odpustit. Odpuštění je zde někdy i projevem nedostatku respektu a dehumanizace viníka od oběti, což devaluje pozitivní přínos odpuštění (Murphy, 2003). Nejsilnější vztah byl prokázán mezi četností návštěvy kostela, což je povinnost řádného křesťanského věřícího. Druhý nejsilnější byl u omluvy.

Dále jsou uvedeny faktory, které ve svém článku o teorii odpuštění na pracovišti uvedl Palanski (2012) Tyto faktory mohou ovlivnit odpuštění, a jsou rozděleny do tří úrovní:

- Individuální (personální charakteristika a sociálně kognitivní faktory),
- dyadické (vztahové faktory a specifické faktory provinění),
- kolektivní.

### **Individuální faktory**

Na individuální úrovni jsou personální charakteristiky a sociálně kognitivní faktory. Mezi personální charakteristiky je řazena empatická osobnost, která dle McCullougha a kol (1998) pozitivně ovlivňuje odpuštění. Predispozice k odpuštění je obecný sklon osoby odpouštět a ovlivňuje konkrétní situace odpuštění (Brown, 2004). Překážky ovlivňující odpuštění zkoumají dvě jiné studie. Exline a kol. (2003) zjistili, že narcistický rys blokuje odpuštění. Brown (2004) se domnívá, že sklony ke zvolení strategií pomsty jej také blokují.

Do personálních charakteristik může být zařazen faktor věku a spirituality. Některé studie prokázaly, že vyšší věk koreluje s vyšší schopností odpouštět (Cheng & Yim 2008; Sifton, Flannelly, & Lutjen, 2013). Také spiritualita bývá zkoumána v souvislosti s odpuštěním. Zajímavý výzkum, provedený na amerických veteránech ( $N=678$ ), prokázal pozitivní korelaci ( $r = .65$ ) se schopností odpouštět. Dosažená hladina významnosti byla  $p = .001$  (Currier, Drescher, Holland, Lisman, & Foy, 2016).

Mezi sociálně kognitivní aspekt je řazena empatie, což je emocionální stav, který je kongruentní s pocity druhé strany. Zahrnuje také kognitivní aspekt uvědomování si okolností, které vedly k činu druhou stranu. Empatie je spjata se sympatií, soucitem a něžností (tenderness) (McCullough et al., 1998). Tuto teorii podpořil také výzkum od Baghela a Pradhana (2014), kteří prokázali pozitivní signifikantní korelaci mezi empatií a odpuštěním u 100 mladých dospělých indických studentů. Pozitivní signifikantní korelace byla nalezena také mezi self-efficacy a odpuštěním. Lze se domnívat, že to může být další faktor, ovlivňující odpuštění, avšak je potřebný další výzkum na reprezentativnějším a větším vzorku.

McCullough a kol (1998) se domnívá, že vnímaná záměrnost také ovlivňuje ochotu k odpuštění. Méně záměrný čin zvyšuje pravděpodobnost k odpuštění, protože je atribuován situačně (Weiner, 1995), což se může stát, když je viník považován za slušného (likeableness). Pokud je čin vnímán jako záměrný, je viník za něho odpovědný, což zvyšuje touhu po pomstě jako řešení situace. Dále si Finkel, Rusbult, Kumashiro a Hannon (2002) všimli pozitivní



asociace se závazkem ke vztahu neboli záměru v něm zůstat. Popsali jeho tři složky: záměr zůstat ve vztahu, orientace na dlouhé trvání vztahu a citovou vazbu.

Struthers, Dupuis a Eaton (2005) zjistili, že trénink na pracovištích zaměřený na poznávání sociálních motivací pozitivně asociuje s odpuštěním. Bradfield a Aquino (1999) se domnívají, že uvažování o pomstě či odpuštění se vztahuje k ochotě odpustit. Uvažování o pomstě může být bariérou k odpuštění, a naopak uvažování o odpuštění může odpuštění facilitovat.

### **Dyadické faktory**

Další faktory odpuštění jsou specifické faktory prohřešku. McCullough a kol. (2000) poukazují na významnou facilitující roli omluvy při odpuštění.

Závažnost prohřešku je také důležitá. Když je prohřešek vnímán jako méně závažný či ubližující a má malé nebo žádné dopady na oběť, tak je odpuštění snadné. Pokud se jedná o těžké ublížení, udělení odpuštění je náročnější (Worthington, 2005). Bradfield a Aquino (1999) se domnívají, že typ prohřešku také ovlivňuje odpuštění.

Dalšími faktory vztahu, které ovlivňují odpuštění, jsou dle McCullougha a kol. (1998) vztahová blízkost, jeho hodnota a závazek k němu. Série studií zaměřených na interpersonální vztahy prokázala, že blízkost ve vztahu byla před prohřeškem významná pro odhadnutí blízkosti po prohřešku. Lidé jsou ochotnější odpouštět, pokud jsou více psychologicky a emocionálně zainteresováni. Naopak jsou ochotni více ohrožit vztah okrajový (vzdálený) či náhodný vztah, který nepovažují za důležitý.

Aquino, Tripp a Bies (2006) se domnívají, že absolutní a relativní status moci viníka ovlivňuje rozhodnutí odpustit u oběti. Kim, Shapiro, Aquino, Lim a Bennett (2008). Prokázali, že podobnost oběti a viníka je pozitivně asociována s odpuštěním.

### **Kolektivní faktory**

Justiční klima (justice climate) ovlivňuje odpuštění na kolektivní úrovni (Aquino, Tripp & Bies, 2006)

## 1.8 Dopady

S odpuštěním je spojována řada pozitivních dopadů, avšak při nevhodném užití může mít odpuštění i negativní dopad na člověka a společnost.

### Pozitivní

V posledních letech mnoho autorů zkoumalo pozitivní dopady na zdraví člověka. Byly zkoumány dopady jak na mentální zdraví, pocíťovaný wellbeing, tak i na fyzické zdraví. V České Republice byl realizován výzkum (N = 331) v rámci diplomové práce, který prokázal pozitivně střední vztah mezi rysem odpouštění, mentálním zdravím a kvalitou mezilidských vztahů (Tenklová, 2014).

Lee a Park (v tisku) provedli metaanalýzu na odpuštění druhým a fyzickým zdravím, která ukázala signifikantní pozitivní korelaci mezi fyzickým zdravím a odpuštěním. Nebyla prokázána korelace mezi neodpuštěním a zhoršeným zdravím. Autoři navrhuji, že to může být tím, že následky neodpuštění mají kumulativní charakter a projevují se postupem času. Dále uvádějí, že výrazné zlepšení fyzického zdraví bylo patrné po intervenčním programu u několika případů velkého ublížení a nespravedlnosti.

Po intervenčním programu na podporu odpuštění sám sobě bylo v experimentální studii u klientů s poruchami příjmu potravy sníženo nežádoucí chování. Prokázalo se, že odpuštění je výhodné, a že snižuje pocity studu a sebe trestající chování. Zajímavé je, že pocit zodpovědnosti za přečin nebyl omlouván ani polehčován (Peterson, Van Tongeren, Womack, Hook, Davis & Griffin, 2017).

Další oblastí, na kterou může mít odpuštění dopad jsou mezilidské vztahy. Braithwaite, Selby a Fincham (2011) provedli dvě studie na respondentech žijících v partnerském vztahu. Tymapující schopnost odpuštění a spokojenost ve vztahu respondentů žijících v partnerském vztahu. V prvním výzkumu (N=523) nebyla prokázána přímá spojitost se spokojeností ve vztahu, avšak byl prokázán přímý efekt rysu odpouštět na behaviorální seberegulaci a snížené negativní taktiky pro interpersonální chování. Ty také měly přímý efekt na spokojenost ve vztahu. Druhá studie (N=446) byla obdobná jako první, avšak bylo přidáno druhé měření po dvou měsících. Ten prokázal, že rys odpuštění byl související s pozdější spokojeností ve vztahu. Limit těchto studií je v absenci kontrolní skupiny a užití nenáhodné metody výběru respondentů.

Další oblastí zkoumání pozitivních dopadů bylo pracovní prostředí. Toussaint et al. (2018) uvádějí, že asociace odpuštění s produktivitou a efektivitou je vysoká. Zaměstnanci, kteří používají odpuštění jako copingovou strategii, jsou více resilientní vůči stresu na pracovišti, a díky tomu mohou předcházet i burn-out syndromu (Costa & Neves, 2017). Také jsou schopni se snadněji adaptovat a přizpůsobit se stresujícímu prostředí (Hobfoll, Johnson, Ennis, & Jackson, 2003).

### **Negativní**

Jak již bylo uvedeno výše, nesprávné užití odpuštění může proběhnout v důsledku neadekvátního pochopení toho, co odpuštění je, co obsahuje a co neobsahuje. Může být nesprávně zaměněno za pojmy jako smíření, omlouvání, pardonování, popření či zapomenutí. (Worthington, 2006)

Odpuštění může být vyjádřením disrespektu, či ponížení viníka a jeho dehumanizováním (Murphy, 2003), což není cílem odpuštění. Autor dále varuje před levnou milostí (cheap grace), což znamená automatické odpuštění provinilému, který činu nelituje, a ani neuznal svou vinu. Upozorňuje, že tento typ odpuštění může potlačit počáteční negativní emoce, které mohou mít pozitivní vliv na oběť. Ta může trpět nedostatkem sebe-respektu a neuvědomovat si případnou závažnost provinění

Dále Zheng, van Dijke, Narayanan, & De Cremer, (2018) zjistili ve třech různých studiích v amerických organizacích, že vyjádření odpuštění od oběti, která má relativně nízkou moc vůči provinilému, může být kontraproduktivní. Vyjádření odpuštění oběti asociovalo s nižším strachem viníka z následků a trestu, což může vést ke snížení dodržování pravidel a norem, které chrání oběť.

## 2. SMÍŘENÍ

Kořenem slova smíření je slovo “mír”. Tento pojem vyjadřuje nastolení míru. Pro vyjádření už dokonaného procesu se přidává přípona “u”, tedy “usmíření”, která zdůrazňuje ukončenost děje. Běžně se tento pojem používá ve více významech. Jedno ze základních pojetí odkazuje na znovunavázání mírové atmosféry po prohřešku a odcizení se ve vztahu. Dale je často užíváno ve smyslu akceptování či přijetí nějaké skutečnosti (Hajný, 2004).

Specifický význam nese smíření v křesťanství, kde je užíváno pro zpověď. Ta je také nazývána Svátost smíření, při které je vyžadováno, aby viník vypověděl o svých hříších zpovědníkovi, aby jich upřímně litoval a zlepšil své chování.

Shodný význam také nalezneme v jeho anglickém ekvivalentu, což je slovo *reconciliation*, které pohází z latiny. “Re” znamená znovu a “conciliation” znamená nastolení mírového vztahu (“Reconciliate”, 2017).

### 2.1 Biologické kořeny

Smíření je fenomén, který je možný pozorovat i u zvířecích druhů, protože ho často doprovázejí viditelné projevy v chování aktérů. Zvířecí projevy smíření se začaly markantně zkoumat ke konci 20. století a výzkumů stále přibývá (Sima, Pika, Matzinger, & Bugnyar, 2018; Yarn & Jones, 2009; Wittig & Boesch, 2005; Silk, 2002). Silk (2002) je zkoumá u primátů. Uvádí, že primáti žijí ve společenství, protože zajišťuje lepší ochranu před predátory a zvyšuje možnost dostat se k cennějším zdrojům. Tento život ve společenství přináší soutěžení a konflikty, které narušují soudržnost jejích členů. Musel se tedy vyvinout smířovací mechanismus, který zachová společenství a jeho výhody.

Projevy smíření byly objeveny u primátů, opic a lidoopů, divokých koz, některých druhů hyen (Aureli & de Waal, 2000, Rowell & Rowell 1993, Schino 1998, Hofer & East 2000, Samuels & Flaherty, 2000 podle Silk, 2002), delfínů (Yamamoto, Ishibashi, Yoshida, & Amano, 2016) a některých druhů vran (Sima, Pika, Matzinger, & Bugnyar, 2018). Tyto druhy zvířat užívají smíření k obnovení kooperace bývalých oponentů, čímž umožňují další pokojnou interakci ve skupině. Smíření snižuje nejistotu a slouží jako strategický krok k uspokojení sociálních potřeb (Silk, 2002).

De Waal & Roosmalen, 1979 se domnívají, že smíření se mohlo vyvinout ze signálů, které naznačují informace o záměrech jedince. Naznačují, že nebezpečí už pominulo. Tyto behaviorální projevy smíření jsou pozorovány u primátů v podobě výměny affiliativního chování, vzájemné péče, vzájemného se zbavování parazitů (grooming), polibků, obejmutí a jiných přátelských gest realizovaných mezi oponenty po konfliktu.

## 2.2 Vymezení pojmu

Stejně jako odpuštění je smíření velmi komplexní fenomén. Je to proces, jehož výsledkem je usmíření. Může proběhnout ve vztazích dyád i vícečlenných skupin (Worthington et al., 2015). Zheng, van Dijke, Narayanan a De Cremer (2018) navrhuji definici, že *“smíření je návrat k funkčnímu vztahu”*.

Meierhenrich (2008) provedl rozsáhlou analýzu smíření a navrhuje, že *“smíření se vztahuje k navození míru mezi bývalými protivníky prostřednictvím společných smířovacích prostředků, vyžadujících jak odpuštění, tak milosrdenství.”* Odpuštění je myšleno jako zanechání oprávněného hněvu a zášti. Soucítění je projevono vůči osobě, která se dopustila nespravedlivého zranění. Je to dobrovolné rozhodnutí vyžadující toleranci.

Izraelští psychologové Nadler a Shnabel (2008), kteří se zaměřují na zkoumání smíření mezi skupinami definují smíření jako výsledek i proces odstranění psychologických překážek s cílem navázat nebo obnovit dlouhodobě pozitivní vztahy. Výsledkem je *“důvěryhodný pozitivní vztah mezi bývalými protivníky, kteří mají bezpečnou sociální identitu a interagují spolu v sociálním prostředí založeném na rovnosti”*.

## 2.3 Druhy smíření

Někteří autoři (Govier & Verwoerd, 2002) navrhuji rozlišovat druhy smíření podle počtu účastníků:

- a) Jedinec - jedinec,
- b) jedinec - malá skupina (např. rodina),
- c) jedinec - velká skupina (např. stát),
- d) malá skupina - malá skupina (např. dvě menší etnické skupiny ve státě),

- e) malá skupina - velká skupina (např. minoritní skupina ve státě),
- f) jedna skupina - více menších skupin (např. mezinárodní komunita).

Govier (2006) rozlišuje smíření podle typu vztahu a jeho specifik. Rozdílná smíření se mohou odehrávat mezi partnery, přáteli, spolupracovníky, členy rodiny, členy církve a občany. Také je podstatné rozlišovat smíření podle typu vztahu, který byl obnoven. Je možné, že spolupracovníci obnoví svůj pracovní vztah, ale už ne přátelský.

Nadler a Shnabel (2008) zkoumají meziskupinové smíření a rozdělují ho na **instrumentální** a **socioemocionální**, přičemž každý z těchto typů pracuje na odstranění jiných bariér. Rozdíly se nacházejí v těchto čtyřech dimenzích smíření:

- a) cíl změny,
- b) podstata změny,
- c) časové zaměření změny,
- d) cíl smíření.

Tyto rozdíly jsou více popsány v následující tabulce.

	Socioemocionální smíření	Instrumentální smíření
Cíl změny	Je to změna vnitřní, přičemž je uznána a zaručena rovnocenná <i>identita</i> každé strany a tomu odpovídající sebeobraz	Změna vnější, vybudování důvěryhodného <i>vztahu</i> mezi stranami
Povaha změny	Revoluční změna, která nastane relativně okamžitě po úspěšném proběhnutí cyklu omluvy a odpuštění	Evoluční změna, která probíhá prostřednictvím plnění různých úkolů a postupným se učením důvěřování druhé strany
Časové zaměření	Klíčem je řešení dopadu	Pracuje se v přítomnosti a

	bolesti od ponížení, které vniklo v minulosti	změna se děje prostřednictvím opakování konstruktivní zkušenosti kooperace s opoziční stranou
Cíl smíření	Integrace konfliktních stran do jednotného vnímání skupiny. Rozvinutí vnímání “my”	Separace opozičních stran tak, aby mohli koexistovat vedle sebe bez konfliktů

Tabulka 1 - Rozdílná dimenzionální zaměření instrumentálního a socioemocionálního smíření (Nadler & Shnabel, 2008)

Autoři upozorňují, že toto rozdělení je navrhováno pro jasnější pochopení teorie smíření, ale že oba typy se k sobě vztahují a prolínají se. K socioemocionálnímu smíření je potřebná důvěra mezi stranami, proto vnímají instrumentální smíření jako první krok. Pokud se viník omluví, aniž by mu oběť důvěřovala, může považovat omluvu jako manipulativní krok a to poté vede ke zvýšení tenze (Nadler & Liviatan, 2006).

### 2.3.1 Socioemocionální smíření

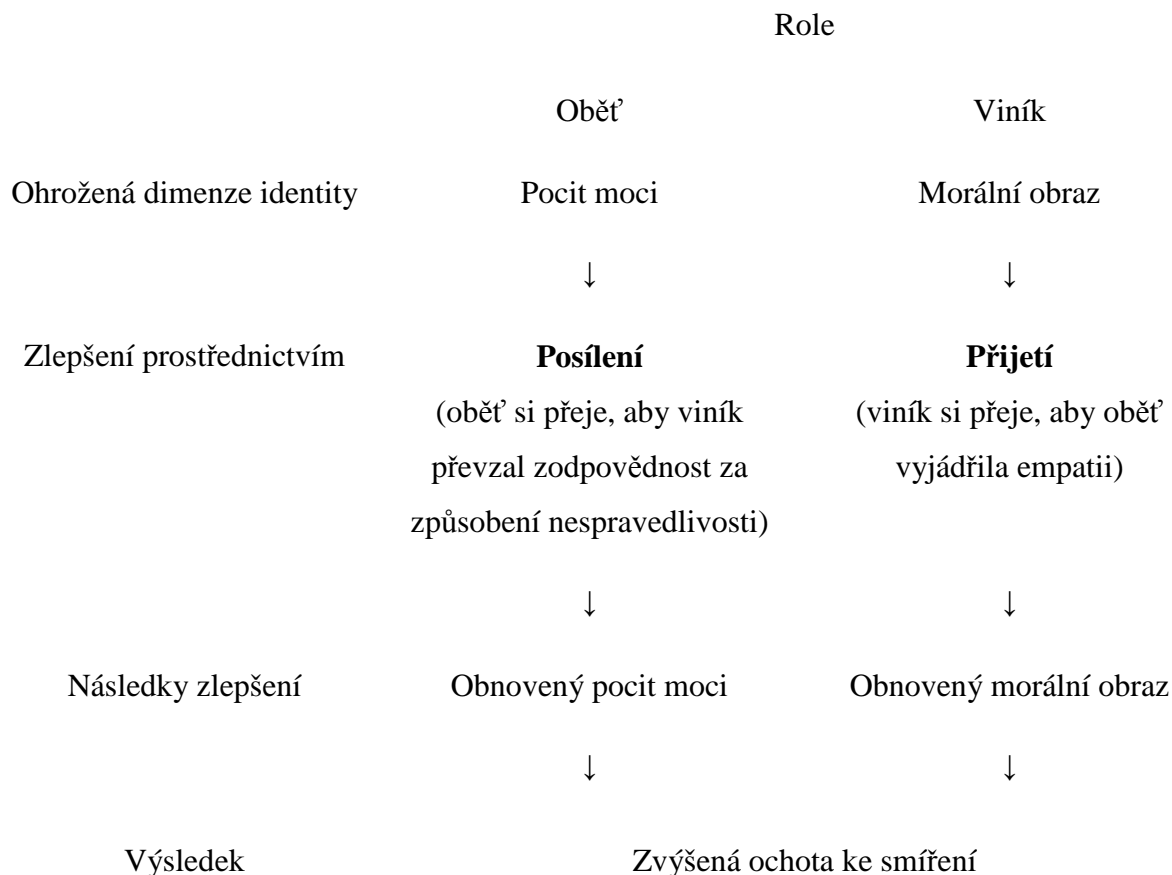
Model smíření založený na potřebách od Nadlera a Shnabel (2008) slouží k teoretickému pochopení tohoto procesu. V průběhu procesu se odstraňují emocionální překážky vztahující se k identitě. To se děje prostřednictvím naplnění potřeb a cyklu omluvy a odpuštění. Je založen na předpokladu, že role oběti a viníka jsou jasně určeny a je složen ze tří po sobě jdoucích procesů.

V prvním procesu oběť prožívá hrozbu pro svou identitu sociálně silného aktéra a viník má ohroženou identitu morálně sociálního aktéra. Oba aktéři prožívají silné emoce.

V druhém kroku hledá oběť naplnění své potřeby, pocitu moci. To se děje prostřednictvím uznání zranění a dodání moci. Viník hledá zprávy o sociálním přijetí, prostřednictvím porozumění a empatie. Frustrace těchto potřeb může vést k pocitům bezmocnosti a morální méněcennosti, které blokují cestu k usmíření.

Ve třetím kroku jsou tyto emocionální potřeby bilaterálně naplněny, když aktéři dostanou informace o sociálním přijetí a posílení moci prostřednictvím cyklu omluvy a odpuštění. Pokud se viník omluví a uzná své přečinění, může oběť vzniklý dluh odpustit, což sytí potřebu moci

a navozuje pocit síly. Projevení pochopení okolností, které viníka vedly k činu a udělení odpuštění mu umožňuje upustit od pocitů viny, negativního morálního sebeobrazu a obav z vyčlenění ze společnosti. Výsledkem je zvýšená ochota u obou ke smíření.



Tabulka 2 - Model smíření založený na potřebách (Nadler & Shnabel, 2008)

### 2.3.2 Instrumentální smíření

Instrumentální smíření se vztahuje k přítomnosti a je to proces postupného učení se důvěřovat. Minulost ani minulé zranění se zde neřeší. Tento přístup by se dal charakterizovat lidovým příslovím “co jsme si, to jsme si”. Instrumentální smířování probíhá prostřednictvím opakované spolupráce při řešení úkolů ve prospěch společného zájmu (Nadler & Shnabel, 2008).

Kelman (2008) se zabývá povahou řešení konfliktů. Uvádí, že pouhé urovnání konfliktu pro dosažení určitého zájmu je nestálé řešení a jeho dodržování vyžaduje dohled. Pokud je konflikt vyřešen i urovnán v rovině vztahu účastníků konfliktu, tak může trvat pouze, dokud se osoby chovají v souladu s rolí, která jim byla přiřazena a dokud je zachování vztahu výhodné. Avšak tato změna postojů může při změně vnějších podmínek vést k regresí. Navrhuje, aby se



pojem smíření užíval pouze při vyřešení konfliktu, změně vztahu a změně identit, které jsou následkem intrapersonálního rozhodnutí a identifikace se s tímto rozhodnutím.

## **2.3 Faktory ovlivňující smíření**

Palanski (2012) klasifikoval faktory smíření do třech úrovní, které jsou identické s výše uvedenými úrovněmi pro odpuštění. Některé faktory jsou společné jak pro smíření i odpuštění a některé jsou rozličné. Těmito úrovněmi jsou:

- 1) Individuální (personální charakteristika a sociálně kognitivní faktory),
- 2) dyadické (vztahové faktory a specifické faktory provinění),
- 3) kolektivní.

### **Individuální faktory**

Na individuální úrovni zařazuje personální charakteristiky a sociálně kognitivní faktory. Do personálních charakteristik řadí již výše zmíněnou potřebu moci a morálního image, přičemž jejich naplnění zvyšuje ochotu ke smíření (Nadler & Shnabel, 2008). Aquino, Tripp a Bies (2006) uvádí, že vysoké sebevědomí také facilituje smíření.

Do sociálně kognitivních faktorů zařazuje proces přisuzování viny. Zjistil, že smíření se usnadní, pokud je část nebo celá vina přisouzena jiným faktorům než viníkovi, tedy že je atribuováno situačně, než dispozičně (Aquino, Tripp & Bies, 2001)

Na individuální úroveň, mezi sociálně kognitivní faktory bych také zařadila faktor vnímané přívětivosti oběti, kterou se zabýval (Jensen-Campbell, Adams, Perry, Workman, Furdella & Egan, 2002). Ti uvádí, že pokud viník vnímá oběť jako přívětivou (*Agreeableness*), neboli jako příjemnou, milou, vstřícnou, soucitnou a ohleduplnou, tak je ochotnější ke smíření, protože je pro něho pohodlnější konflikt řešit a vyřešit.

Do této kategorie může být zařazena soutěživost ve victimizaci (*Competitive victimhood*), při které se každá strana snaží minimalizovat minulé utrpení opoziční strany a zveličuje své vlastní a negativně je asociována s ochotou ke smíření (Noor, Shnabel, Halabi & Nadler, 2012).

## **Dyadické faktory**

Na dyadické úrovni Polanski (2012) uvádí dvě kategorie: vztahové faktory a specifické faktory provinění.

Do vztahových faktorů zařazuje status moci. Vysoké rozdíly znesnadňují cestu k odpuštění a smíření. Naopak, pokud je moc vyváženější, tak jsou obě strany ochotnější ke smíření. Hodnota vztahu se ukazuje být významným faktorem smířením. Tento faktor zkoumá McCullough et al. (1998) a uvádí, že když je vysoká hodnota vztahu, tak je vyšší pravděpodobnost ochoty ke smíření. Účastníky může motivovat vnímaná hrozba ztráty důležitého vztahu.

Existence jiných alternativ (Rusbult & Farrell, 1983) a vyšší podobnost viníka/oběti také ovlivňují vyšší ochotu ke smíření (Kim, Shapiro, Aquino, Lim & Bennett, 2008).

Velmi zkoumaným faktorem je omluva a jiné formy smířovacích gest, které jsou řazeny mezi specifické faktory provinění. Tomlinson, Dineen a Lewicki (2004) prokázali pozitivní asociaci smíření, s viníkovou omluvou. Omluva je obvykle vyjádřena verbálně a explicitně, avšak mohou se objevit i jiná implicitní smířovací gesta, což je například náhrada škody a jiný afiliativní kontakt. McCullough, Kurzban a Tabak. (2010) uvádějí, že smířovací gesta jsou signálem pro vyjádření hodnoty vztahu a dalších neškodných úmyslů viníka. Vynahrazení škody poškozeného zvýhodní, čímž viník demonstruje úmysl znovu neopakovat tyto činy v budoucnu.

## **Kolektivní faktory**

Palanski (2012) začleňuje do kolektivních faktorů také klima procesní spravedlnosti (justice climate). Aquino, Tripp a Bies (2006) zjistili, že jeho vnímaná vysoká míra zvyšuje ochotu k odpuštění a následně i ke smíření. Naopak strategie pomsty byla zvýšená při vnímání nízkého procesního klimatu spravedlnosti.

Dále bych zde přiřadila faktor intervence třetí strany. Nadler & Shnabel, 2015 provedli kvaziexperimentální studii, kde testovali, zda po intervenčním programu, který spočíval v naplnění potřeb účastníků třetí neutrální stranou. Výsledky těchto studie ukázaly, že sice pocity moci a akceptace se po intervenčním programu zvýšily, avšak nepodpořila se důvěra mezi stranami. Tato důvěra je esenciální ke smíření, neboť rozvíjí víru v budoucí pozitivní záměry

(Shnabel, Nadler, & Dovidio, 2014). Výzkum replikovali a zjistili, že když intervenovala třetí strana, která je vztažná k protivníkovi, a která měla obdobnou identitu jako strana opoziční, tak už testovaná strana vykazovala větší ochotu ke smíření, než skupina kontrolní (Harth & Shnabel, 2015).

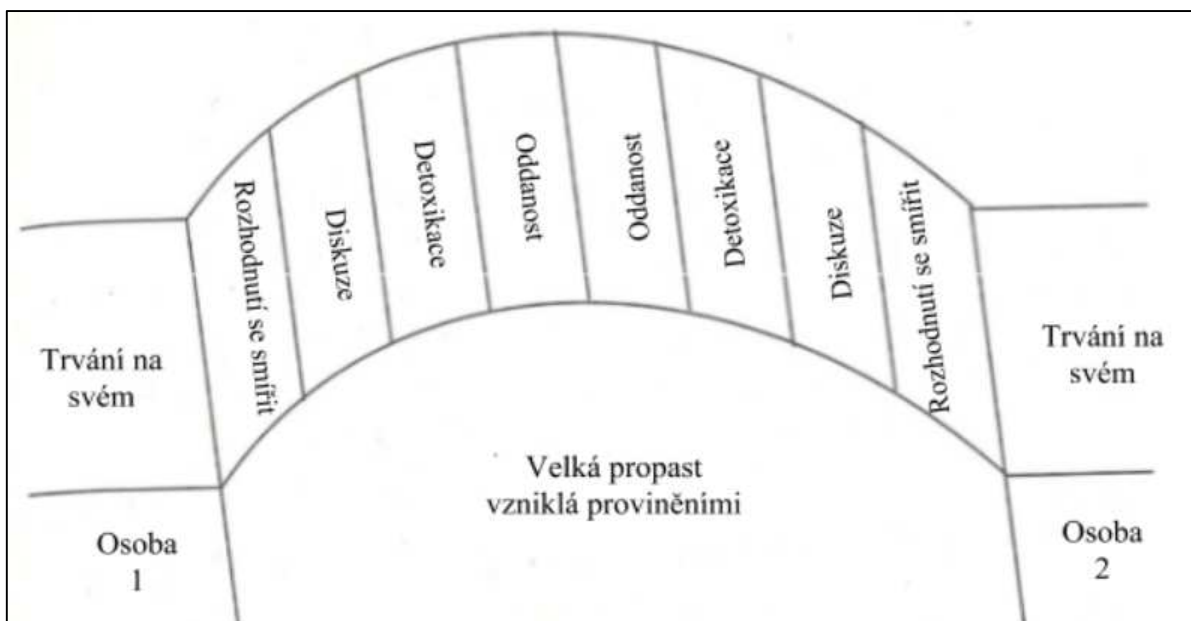
Do této úrovně může být přiřazena kultura dané společnosti, která také ovlivňuje proces smířování. Například kolektivistické kultury reagují více negativně na jiná přečinění, než individualistické kultury a také jsou lidé vedeni k zachování dlouhotrvajících harmonických vztahů a vyhnutí se konfliktům. Smíření je sociálně žádoucí a podpořené kulturními normami (Thomas, Au, & Ravlin, 2003).

## 2.4 Proces smíření

Smíření je bilaterální proces vyžadující dobrovolnou činnost a spolupráci jak od poškozeného, tak i viníka. (Meierhenrich, 2008)

Worthington (2003) popisuje metaforicky proces smíření jako budování mostu přes propast, která vznikla prohřeškem. Postupné pokládání těchto prken symbolizuje čtyři akce, které každá strana musí vykonat k tomu, aby společně vybudovali most a přemostili propast. Obsahuje konfrontaci s vnímaným prohřeškem, uvědoměním si provinění, jeho vyznáním a udělením odpuštění. Tento postup je stejný jak pro jedince, tak skupiny lidí i celé společnosti. Je možné ho aplikovat jak v osobních vztazích, tak v politických i náboženských sférách. Každá strana stojí na jednom konci propasti a má tyto čtyři prkna neboli činnosti:

- 1) Rozhodnutí odpustit (*decision to forgive*),
- 2) diskuze (*discussion*),
- 3) detoxikace (*detoxification*),
- 4) oddanost (*devotion*).



Obrázek 1: Most smíření (Worthington, 2003)

### Rozhodnutí se smířit

Prvním krokem ke smíření je rozhodnutí ke smíření. Rozhodnutí, zda-li se strany chtějí smířit, případně kdy a jak. Je důležité, aby obě strany cítily, že se chtějí usmířit a že jsou ochotny přistoupit k dalším náročným krokům, které mohou vést ke smíření. Klíčová je emocionální připravenost, protože pouhé racionální rozhodnutí nestačí, jelikož lidé nekonají vždy v souladu se svým myšlenkovým rozhodnutím.

### Diskuze

Symbolickým položením druhého prkna začíná společná práce na procesu smíření. Obě strany spolu jemně diskutují o minulosti a přítomnosti. O problému, který se mezi nimi objevil. Každá strana vysvětlí svou situaci, obeznámí druhého se svým viděním situace, ale také naslouchá tomu druhému, snaží se mu porozumět a vcítuje se do jeho situace. Empatie, pokora, trpělivost, vytrvalost a ostražitost jsou při tomto procesu potřebné. Diskuze o citlivém tématu může být náchylná k přehoupnutí se k hádce, a proto by obě strany měly dbát na to, aby byla atmosféra rozhovoru klidná.

### Detoxikace

V tomto procesu se pročišťuje vztah od negativních emocí vůči sobě a od negativních emocí, očekávání a postojů vůči druhé straně. Strany provádějí sebereflexi a vrací se ke svému neefektivnímu minulému chování. "Zpytují své svědomí" a hledají nové pozitivní alternativy, kterými by toto chování mohli nahradit. Docházejí k uvědomění, proč selhaly minulé strategie

chování a komunikace. Tento proces je součástí hojení vzniklého po ublížení. Je v něm důležité si uvědomit negativní emoce, dřívější očekávání a přijmout či pozmněnit jejich existenci.

## **Oddanost**

Posledním prvkem je oddanost k setrvání ve stavu smíření, závazek budování nového pozitivního a upřímného stavu a také k čelení novým zátěžovým situacím, které se mohou objevit. Obsahuje také empatii s druhými a porozumění, proč ke konfliktu došlo.

## **2.5 Předpoklady**

Připravenost k interskupinovému smíření operacionalizoval Petrović (2017). Pomocí faktorové analýzy navrhl její čtyři elementární komponenty: důvěra (přesněji absence nedůvěry), spolupráce, odpuštění (připravenost nabídnout a přijmout omluvu) a rehumanizace bývalého protivníka.

Nadler a Shnabel (2008) jako předpoklad pro meziskupinové smíření považují mírumilovnou koexistenci (peaceful coexistence). Ta obsahuje aspekty kognitivními, emocionální i behaviorální. Mezi kognitivní aspekty patří posuzování vlastností opoziční strany. V případě mírumilovné koexistence je na ni nahlíženo jako heterogenně, ne homogenně. Tedy, že posuzovaná strana má širokou variabilitu vlastností. Obrazně není jenom černá nebo bílá, ale obsahuje i jiné různé odstíny barev. Dalším aspektem je uvědomění, že vzájemná odlišnost nemusí vést ke konfliktu a může být přijata a tolerována. Nemusí být přítomna atraktivita vůči druhé straně.

Mírová koexistence obsahuje emocionální aspekt, což je například proměna strachu na zvědavost ke zkoumání odlišností té druhé strany. Doprovázejí ji pocity a postoje naděje.

Behaviorálním aspektem je otevřenost ke vzájemnému kontaktu, vůle ke spolupráci a prozkoumání charakteristik druhé strany. Celkovou tendencí je přiblížení, nikoliv vyhýbání se.

## **2.6 Důsledky**

Smířené je obecně bráno jako pozitivní proces a výsledek, který napomáhá udržovat a znovu obnovovat vztahy ve společnosti. Avšak existují i negativní aspekty, které jsou důležité brát v potaz, aby se vyhnulo případnému dalšímu zraňování.

## **Pozitivní**

Některé výzkumy se zabývají vlivem smíření na psychické zdraví. Mukashema a Mullet (2013) zkoumali smíření (intrapersonální i interpersonální), odpuštění a psychické zdraví (absence ztráty, úzkosti a deprese) u přeživších genocidy ve Rwandě (N = 101). Intrapersonální smíření bylo definováno jako pocity neohrožující soužití a interpersonální smíření stejně jako instrumentální smíření (obnovená důvěra a kooperace opozičních stran). Pomocí korelační analýzy zjistili korelační koeficient  $r = -.47$  mezi faktory interpersonálního smíření a psychického (ne)zdraví, což znamená středně silný signifikantní vztah. Signifikantní pozitivní korelace se objevila i mezi odpuštěním a interpersonálním smířením  $r = .48$ . Hladina významnosti byla u těchto výsledků  $p < .05$ . Žádná signifikantní korelace nebyla nalezena mezi (ne)zdravím a intrapersonálním smířením.

Dřívější výzkumy na toto téma (Mukashema and Mullet, 2010; Myers, Hewstone, & Cairns, 2009) ukázaly podobné výsledky, avšak další výzkum je stále potřebný.

## **Negativní**

Při nesprávně zvoleném smíření mohou nastat komplikace, které mohou způsobit další ublížení při setrvání v nevhodném vztahu.

Worthington (2003) uvádí, že obvykle není vhodné započít proces smířování se s osobou, která je naštvaná, vystresovaná, frustrovaná či zraněná, a dále s osobou, která musí mít poslední slovo, protože to obvykle indikuje, že není schopna efektivně naslouchat a chce pouze vynadat za škodu. Varuje také před smířováním se, když je aktuálně těžce zraněná hrdost. Je to skrytá hrozba, která může vybuchnout. Další konflikty a zranění mohou vzniknout při nevhodném zvolení započetí smíření, a nedodržení uvedených doporučení a unáhlení se.

Smíření ve vztahu, ve kterém se objevilo psychické, emocionální, fyzické či sexuální zneužívání nebo týrání může být nebezpečné a vést k dalšímu poškozování oběti (Worthington, 2003). V těchto případech je velmi důležité zajistit bezpečí oběti. Strany se mohou smířit a navázat obnovit vztah, jen pokud je jisté, že seviník nebude pokračovat v poškozujícím chování. Uvědomuje si skutečnost takto poškozujících činů, skutečně jich lituje a případně se snaží je odčinit a již nevystaví oběť tomuto chování (Friedman, 1985).

### 3. DOPLŇUJÍCÍ ASPEKTY ODPUŠTĚNÍ A SMÍŘENÍ

Tato kapitola obsahuje důležité aspekty, které se vztahují jak k odpuštění, tak i ke smíření. Obsahuje doplňující informace ke konfliktu, jejich diferenciaci vzhledem k potřebě odpuštění a alternativním strategiím odpovědi na ublížení.

#### 3.1 Předcházející události

Odpuštění a eventuálně smíření bývá obvykle předcházeno přestupky, prohřešky, křivdami, ublíženími nebo konflikty, které se sebou nesou negativní emoce.

Konflikty jsou nárazy při sociální interakci účastníků, kteří mají nekompatibilní cíle, zájmy, přání, očekávání či jiné názory. Důležité je mít na zřeteli, že odpuštění ani smíření, nemusí být vyžadováno po konfliktu, protože často se jedná pouze o drobné konflikty (např. nesouhlas s místem destinace dovolené) ve kterých nedošlo k újmě zúčastněných. Reakce na konflikt mohou být jak neutrální tak negativní. V případě negativních reakcí mohou po konfliktu přijít prohřešky a ublížení. Ty mohou mít různou podobu: od mírných rozepří až k verbálnímu či fyzickému útoku a boji (Bradbury, Rogge, & Lawrence, 2001).

Prohřešek (přestupek) může být reakcí na konflikt, avšak jeho podstata je rozdílná od konfliktu. Přestupky významně zraňují podstatu druhé strany. Obvykle mohou narušit pojetí jáství, vlastní sebeobraz, nebo víru v druhé a tak zranit druhou osobu (Feeney, 2005). Tato zranění a případné pocity zranění mohou vyžadovat ošetření odpuštěním. Pokud přestupek naruší vztah, tak je smíření potřebné pro další pokračování ve vztahu (Fincham, Regalia, & Paleari, 2010).

Emocionální zážitek, který doprovázejí pocity ublížení se obvykle objevují v sociálních vztazích jako následek odmítnutí či devalvace jinou osobou. Výzkum provedený Feeney (2004) na studentech psychologie (N=224) popisuje nejčastější emoce, které respondenti uvedli po ublížení v mezilidských vztazích.

Jsou to kategorie emocí:

- překvapení - pocity zmatenosti (23), nevěřičnosti (9),
- vzteku - pocity naštvaní (68), otrávenosti (9),

- strachu - pocity šoku (11), vyděšení (2)
- studu - pocity trapnosti (13), odsouzeníhodní (8),
- zranění - pocity ublížení (82), zrady (40), použití (13),
- jiné nejasné (negativní) - pocity rozrušení (37), zdevastování (6).

Výzkum, za použití metody fMRI prokázal, že při psychologické bolesti jsou aktivovány ty oblasti mozku, které jsou činné při fyzické bolesti (Eisenberger, Lieberman, & Williams, 2003)

Další pojem, který je často užíván v souvislosti s odpuštěním je křivda. To je označení pocitu nespravedlnosti vůči vlastní osobě, obvykle takové, která nebyla nijak potrestána. Pocity křivdy mohou být i dlouholeté a jsou velmi subjektivní. Někdy mohou být i neoprávněné (Augustyn, 2013).

### 3.2 Atribuce přestupku

Interpersonální přestupky a zranění jsou běžná a mohou se objevit různě závažná, jak po obvyklém konfliktu, tak po vážných emocionálních nebo fyzických týráních a zneužíváních (Diblasio, 1998).

Atribuce prohřešku a provinění je vždy subjektivní a její posouzení je závislé na účastnících. Obecně je Scobie a Scobie (1998) rozděluje do čtyř úrovní. První dvě jsou charakteristické nezáměrnosti, relativně mírným poškozením bez dlouhodobých následků, vyžadující pouze omluvu. Mohou být viděny jako prosociální činy, které se snaží předejít konfliktu. Třetí a čtvrtá úroveň vyžaduje odpuštění, protože vztah byl konfliktem narušen.

- **Automatické omluvy**

V první úrovni je přestupek vnímán jako triviální, často jako chyba nebo nehoda. Například polití čajem nebo vražení do někoho na ulici. Incident je omluven automaticky a škoda není významná. Tuto událost je vnímaná jako nezáměrná, není narušen vztah (pokud existoval) a následuje relativně bezprostřední vyřešení, které je v souladu se společenskými normami.



- **Podmíněné omluvy**

Následky incidentu v tomto stupni jsou mírné a výjimečně dlouhodobé. Typickým příkladem je polití vřelým čajem, který popálí poškozeného. Poškozený zvažuje záměrnost činu, a když je posouzen jako nezáměrný a je dostatečně ošetřen omluvou, tak je většinou omluva akceptována a záležitost uzavřena. Upřímná omluva je důležitá a pomáhá poškozenému opustit negativní pocity způsobené poškozením. Negativní pocity se mohou objevit, ale obvykle zmizí v průběhu několika dnů či maximálně týdnů. Vztah není narušen.

- **Odpuštění - neshoda, rozepře**

Na této úrovni je zranění vnímáno jako záměrné a má hlubší dopady na oběť. Tato událost narušuje vztah a poškozený si musí obhájit svoji vlastní hodnotu, protože viník neprojevil dostatek respektu či úcty. Tato událost může mít formu nadávky či verbální shoení. Nicméně tento incident neponižuje a nenarušuje sebevědomí a integritu oběti. Závažnost poškození je závislá na vnímání a interpretaci poškozeného.

- **Odpuštění - životní událost**

Tato událost je atribuována jako záměrná a velmi poškozující. Poškozený je ponížen a jeho sebevědomí je sníženo. Jeho pozitivní náhled na sebe samého je poškozen a může vyžadovat terapii. Poškozený potřebuje znovu obnovit své sebevědomí. Příkladem tohoto typu je týrání či zneužívání oběti.

### **3.3 Volba strategie**

Po vyhodnocení způsobené škody volí každá strana reakci na poškozující čin. Ty mohou být unilaterální, nebo-li jednostranné a bilaterální, tedy dvoustranné spolupráce. Bilaterální reakcí je smíření, v nichž může proběhnout omluva a odpuštění.

#### **3.3.1 Unilaterální strategie reakce**

Následující vyjmenované strategie jsou unilaterální, tzn. že řeší incident pouze jednostranně. Scobie a Scobie (1998) popisují tyto reakce pro oběť i viníka. Ty se mohou různě střídat, či prolínat.

#### **Strategie reakce pro oběť**

Pro oběť uvádí tyto možné strategie:

- 1) Popření,
- 2) reinterpretace události

- 3) reinterpretace vlastního já,
- 4) hledání potrestání
- 5) hledání pomsty,
- 6) pseudoodpuštění,
- 7) odpuštění.

Pro obě strany jsou stejné první tři reakce, které jsou charakteristické pasivním přístupem k události. V případě **popření** oběť odmítne skutečnost celého incidentu a potlačí své pocity. Ty mohou někdy v budoucnosti vyplout na povrch v jiné formě. Při **reinterpretaci události** může dojít k tomu, že nedošlo k ublížení a že žádné následky situace nezanechala, nebo že se vůbec nejednalo o ublížení. Při **reinterpretaci vlastního já** může oběť interpretovat čin jako adekvátní nebo zasloužený. Obě reinterpretace pomáhají přijmout událost tak, jak se odehrála, avšak mohou ponechat nízké sebevědomí oběti, nebo podkopat další efektivní fungování vztahu.

**Hledání pomsty**, která cílí poškodit viníka, či spravedlivé potrestání dle nastavených zákonů ve společnosti jsou aktivní strategie. Vykonání pomsty může mít na oběť pozitivní efekt, protože je to aktivní strategie k překonání zášti a vzteku. To má dopad na pocíťovanou moc a sebevědomí (Akhtar, 2002). Problematika tohoto řešení spočívá v tom, že viník je pasivním příjemcem pomsty, a že nevyhodnotí pomstu jako spravedlivou, což může vést k jejímu opěťování skrze další agresi a násilí (Newberg, d'Aquili, Newberg, & deMarici, 2000).

Je třeba rozlišit mezi **pseudoodpuštěním** a odpuštěním. Pseudoodpuštění je odpuštění, které je odpuštěním pouze nazýváno, ale obsahově se jedná o jiný jev. Může se jednat o pardonování, promíjení, povrchní odpuštění nebo zapomenutí. Pseudoodpuštění nebere v úvahu škodu, která byla napáchána a nepracuje na tom, aby se znovu neopakovala (Davenport, 1991). **Odpuštění** je popsáno v 1. kapitole této práce.

### Strategie reakce pro viníka

Pro viníka uvádí tyto možné strategie:

- 1) Popření,
- 2) reinterpretace události,
- 3) reinterpretace svého já,
- 4) omluva,
- 5) prosba o odpuštění.

Viník i oběť mohou **popřít** či potlačit následky incidentu i incident samotný. Je to známý obranný mechanismus ega. Nadler a Shnabel (2008) rozvádějí strategii popření u viníka jako emocionální, nebo strategii fyzického a sociálního vzdálení. Viník může popírat, zmenšovat následky a případně nepociťovat žádnou empatii k oběti (Fry, 2006). Extrémní formou sociálního distanciování je dehumanizace oběti, což je ospravedlnění pro absenci empatie s obětí a oprávnění zacházení (Bar-Tal, 1990). Viník může událost **reinterpretovat** stejně jako oběť. Může tedy přehodnotit událost jako takovou, nebo ji případně interpretovat jako zaslouženou či vyžádanou. Pokud viník zaujme jeden z těchto přístupů, podkopává tím ochotu k odpuštění u oběti a zvyšuje tak pravděpodobnost, že oběť zaujme aktivní strategii pomsty a potrestá jej (Newberg, d'Aquili, Newberg, & deMarici, 2000).

Zcela jiná situace nastává, když viník uzná vinu, převezme za svůj čin zodpovědnost a upřímně se omluví. V takovém případě je obvykle odpuštění alespoň zvaženo. Po upřímné omluvě může následovat jiná strategie, a to **prosba o odpuštění**. Ta by měla být doprovázená lítostí nad činem a snahou o odčinění způsobené bolesti. Pokud nejde čin vynahradit úplně, tak alespoň částečně. Tato strategie řešení je podporována ve většině kultur. Společenské normy, obvykle podporují odpuštění a následně i smíření (Smedslund, 1991).

### 3.3.2 Bilaterální strategie reakce

To je strategie řešení konfliktu od obou stran. Jak je uvedeno výše, je možné navázání spolupráce při odpuštění, které může započít smířováním se. Nadler a Shnabel (2008) se domnívají, že smíření nastává, když oběť přijímá viníkovu omluvu a prosbu o odpuštění. Odpuštění mu následně daruje, protože uznání prohřešku, bolesti, upřímná lítost a omluva od viníka nasytí její touhu po moci. Oběť má moc rozhodovat nad viníkovou žádostí a svobodně se rozhodnout zda jí vyhoví. Když je k viníkovi empatická, přijme jeho omluvu a akceptuje ho jako morálního člověka, tak by měla být snížena tenze, pocity viny a studu ve viníkovi. Poté dochází ke smíření.

Smíření obsahuje dva stěžejní aspekty – omluvu a odpuštění.

#### Forma omluvy

Omluvení se je explicitní forma uznání provinění. Dobře vytvořená omluva vyžaduje uvědomění si a uznání faktů od obou stran a proviněný přiznává svou zodpovědnost za čin a také vyjádří svou lítost (Tavuchis 1991).

Dle Nadlera a Shhnabela (2008) je omluva součástí socioemocionálního smíření a může vést k vyšší ochotě k odpuštění. Některé výzkumy (Brown, Wohl, & Exline (2008) vychází z toho, že omluvení pozitivně koreluje s odpuštěním. Mnoho výzkumných designů je však zaměřeno pouze na vliv omluvy a nezabývají se jejími psychologickými aspekty, které ji činí účinnou. Vhodnost určitých typů omluvy se může lišit podle kultur (Gibney, 2008).

Fehr a Gelfand (2010) upozorňují, že omluva je účinná, když koresponduje s názory oběti, neboli vlastními self-konstrukty (self-construals). Navrhují tyto dimenze omluvy: nabídnutí kompenzace, vyjádření empatie, uznání porušení společenských pravidel a norem. Výsledky pomocí faktorové a regresní analýzy zjistily, že uvedené dimenze jsou relevantní. V případě korespondující dimenze omluvy odpovídá self-konstruktu je asociace posílena. Výsledky byly signifikantní při hladině významnosti  $p < .05$ .

Ověřuje se, zda i vnímaná cena a nákladnost omluvy hraje roli při smířování. Ohtsubo et al. (2018) zjistili, že v sebeposuzovacích dotaznících respondenti uváděli, že pokud byla nákladnost omluvy vyšší, tak byli ochotnější se usmířit. Tito výzkumníci provedli i skenování mozku pomocí magnetické rezonance, ve kterých byl významný rozdíl v aktivaci mozkových částí mezi nákladnou omluvou a žádnou omluvou. Malé rozdíly byly na snímcích bez omluvy a s malou nákladností omluvy.

Szablowinski (2012) se domnívá, že přidání prosby o odpuštění k omluvě a uznání náročnosti odpuštění, facilituje proces odpuštění.

### **Komunikace odpuštění**

V tomto století se začala zkoumat komunikace odpuštění v interpersonálních vztazích. Kelley a Waldron (2005) konceptualizovali tři rozdílné formy komunikace v blízkých vztazích. Těmi jsou: přímé, nepřímé a podmíněné.

**Přímo komunikované odpuštění** je, když jedna strana jasně a přímo sdělí, že druhé straně odpouští. Objevuje se ve dvou strategiích: při diskuzi a odpuštění vyřčeno explicitně. Strategie diskuze zahrnuje společnou konverzaci o odpuštění, prohřešku a o jeho následcích. Odpuštění, které je vyslovené explicitně, obsahuje jasnou a zřetelnou zprávu o záměru či rozhodnutí. Scobie a Scobie (1998) upozorňují, že explicitní odpuštění bez předešlé diskuze může působit rigidně jako nevyvratitelné řešení situace.

**Nepřímo sdělené odpuštění** se objevuje, když není přímo řečeno, že strana odpouští. Obvykle se odehrává v blízkých vztazích a je očekáváno, že druhá strana pochopí. Tato forma se někdy objevuje, protože pro oběť je neohrožení vztahu důležitější než vyřešení problému. Nepřímé odpuštění obsahuje dvě strategie: *neverbální* a *minimalizující*. Neverbální strategie je charakteristická tím, že odpuštění je vyjádřeno gesty např. obejmutím či pomazlením. Tato strategie se také často používá k vyjádření, že není co odpouštět (Baumeister, & Exline, 2000), anebo k vyhnutí se konfrontaci. Minimalizující strategie značí, že prohřešek nebyl důležitý (Waldron & Kelley, 2005). Lidé si volí minimalizující strategii, aby ušetřili energii, která je potřebná k vyřešení problému, či aby se vyhnuli ztrapnění nebo ponížení druhé strany. Sdělování odpuštění skrze humor slouží k odlehčení atmosféry, či aby se předešlo dalšímu ublížení (Edwards, Pask, Whitbred, & Neuendorf, 2018).

Podmíněné odpuštění se objevuje, když oběť ukládá podmínku k udělení odpuštění. Toto odpuštění se obvykle komunikuje skrze prohlášení “když/tak” (Waldron & Kelley, 2005).

### **3.4 Kombinace odpuštění a smíření**

Jak bylo uvedeno výše, odpuštění a smíření nejsou stejné procesy a mohou se objevovat v různé míře a v různých kombinacích. (Worthington, 2005).

#### **Odpuštění a smíření**

Toto je teoreticky ideální kombinace, ve které odpuštění předchází smíření. Je pravděpodobnější, že dojde ke smíření, když proběhne úspěšné dopuštění, což bylo i prokázáno výzkumem, na kterém byl zkoumán cerebrální základ odpuštění po omluvě a jehož výsledek dodává podpůrný důkaz k tomuto tvrzení. (Strang, Utikal, Fischbacher, Weber & Falk, 2014). Po odpuštění a smíření je vzájemný vztah mezi viníkem a obětí pravděpodobněji více vníman jako uspokojivý pro obě strany (Worthington and Drinkard, 2000).

V některých případech, jako např. u domácího týrání, je toto řešení destruktivní, protože odpuštění a smíření nezmění vzorec chování ve vztahu, které pokračuje a přináší další a další zranění, která mohou i gradovat (Friedman, 1985).

#### **Odpuštění bez smíření**

Je možné, že oběť se rozhodne odpustit, ale ne smířit. Využije pozitivních dopadů odpuštění na sebe samého. Oběť může zjistit, že vztah by pro ni neměl hodnotu a nestojí o něho,

případně by se mohlo chování opakovat. Tomlinson, Dineen a Lewicki (2004) zjistili, že ochota ke smíření klesá se zvyšující se pravděpodobností opakování se prohřešku. V interpersonálních vztazích vyřešení tímto způsobem znamená konec vztahu, či jeho minimalizování se na nutné minimum, pokud není možné vyhnout se interakci (Palanski, 2012).

V některých případech je toto řešení adekvátní, protože smíření by znamenalo návrat do destruktivního vztahu. (Friedman, 1985)

Holeman (2004) uvádí další možnosti pro tuto kombinaci. Například druhá strana se nemůže fyzicky zúčastnit, nebo ve vztahu přinesl příliš bolesti a usmíření by nebylo rozumné. Případně některý z aktérů nemá vytrvalost a sílu ke smíření, či není připraven.

### **Smíření, ale ne odpuštění**

Worthington and Drinkard (2000) si všimli, že v dyadických interpersonálních vztazích někdy dojde ke smíření bez odpuštění. Palanski (2012) uvádí, že důvod k tomuto řešení je takový, že strany mohou získat nebo očekávat v budoucnosti nějaké výhody ze setrvání ve vztahu. Při tomto smíření oběť obvykle nepředpokládá, že se prohřešek bude znovu opakovat. Je také možné, že na něj zapomene, či případně popře nebo přerámuje. Také je možné, že zůstává ve stavu neodpuštění a další i malicherné konflikty mohou vztah ještě vážněji narušit.

Když se přestupky opakují v blízkých vztazích, jsou možné další reakce, jako je přivyknutí si (accomodation), což znamená inhibici negativních odpovědí a vytváření konstruktivních reakcí po destruktivním chování druhé strany. (Rusbult, Verette, Whitney, Slovik, & Lipkus, 1991). Další reakcí je ochota se obětovat (willingness to sacrifice), což je sklon k odmítnutí řešení adekvátního k vlastnímu zájmu a upřednostnění řešení pro zachování wellbeingu druhé strany či vztahu (Van Lange et al., 1997).

Může se také jednat o stav, který Nadler a Shnabel (2008) popisují jako instrumentální smíření. To znamená, že si strany vzájemně věří a spolupracují spolu.

### **Žádné odpuštění ani smíření**

Výsledkem po vyřešení konfliktu také může být to, že se nedojde ani k odpuštění, ani ke smíření, avšak vztah i tak pokračuje. Strany se mohou vyhýbat řešení, což může přinášet nejistotu a způsobovat napjatou atmosféru mezi nimi (Aquino, Tripp & Bies (2006).

Jinou možností této kombinace je, že se oběť rozhodla pro pomstu. Například z důvodu nemožnosti překonat ublížení či rozhodnutí se pro nesmíření.

Jiná situace nastane, když viník požádá upřímně o odpuštění, avšak oběť ho odmítne poskytnout. Viník může toto odmítnutí vnímat jako nepřátelské gesto či útok. Toto nepřátelské gesto může podnítit novou spirálu dalších ublížení ve vztahu (Jennings et al., 2016).

### 3.5 Terapeutické využití

Odpuštění a smíření má své místo i při individuálních, párových a rodinných terapiích. Existují různé intervenční modely, které jsou více uvedeny v podkapitolách o procesech těchto fenoménů.

#### Odpuštění

V České Republice provedla Stehlíková (2012) ve své diplomové práci šetření o odpuštění v psychoterapeutickém kontextu. V teoretické části popisuje určité modely a intervenční programy. Mezi odpuštění, vycházejícího z křesťanského pojetí, uvádí Pyramidový model odpuštění E. L. Worthingtona. Pro párovou a rodinou terapii uvádí Hillův model odpuštění jako proces objevení, Model párového konfliktu a opětovného zotavení, či Komunikační model odpuštění a další terapeutické modely, které s odpuštěním pracují. Ve svém výzkumu se dotazovala terapeutů (N=12) na jejich práci s odpuštěním. Všichni terapeuti uvedli, že s práce s odpuštěním se nevyklučuje s terapeutickým přístupem, jehož výcvik absolvovali. Nejvíce terapeutů (5) uvedlo, že s odpuštěním pracují velmi často. Nejčastější uvedenými typy odpuštění byly sobě (8) a druhým (8). Odhadovaný poměr klientů jako viníků a obětí je přibližně 10:9. Šest terapeutů uvedlo, že se setkali s uzdravujícím účinkem odpuštění a stejný počet uvedl, že má odpuštění zásadní význam v psychoterapii (Stehlíková, 2012).

Svůj autentický zážitek odpuštění a jeho pozitivní dopad na svou psychiku popisuje přeživší holocaustu a pokusů doktora Mengeleho, Eva Mozesová Korová: v tom

*“Poté jsem přečetla své vlastní prohlášení o odpuštění a podepsala jej. Okamžitě jsem pocítila, jak mi z ramen spadlo břímě bolesti. Bolest, se kterou jsem musela žít celých padesát let. Už jsem nadále nebyla obětí Osvětimi. Už jsem nebyla obětí své tragické minulosti. Byla jsem svobodná. Využila jsem také toho okamžiku, abych odpustila svým rodičům, které jsem celý život nenáviděla za to, že nás nechránili před Osvětí a před osudem sirotek. Konečně jsem*

*pochopila, že dělali to nejlepší, co mohli. Také jsem odpustila sobě za to, že jsem své rodiče nenáviděla.*

Autorka zdůrazňuje pocit moci, který zažívala a jehož význam je více popsát v 2. kapitole této práce. O pocitu moci píše:

*“V tu chvíli jsem si navíc uvědomila, že odpuštění nefunguje ani tak pro pachatele jako spíše pro jeho oběť. Měla jsem sílu odpustit. Nikdo mi tu sílu nemohl dát a nikdo mi ji nemohl vzít. Cítila jsem se díky tomu silná. Měla jsem dobrý pocit z toho, že jako přeživší holocaustu mám vůbec nějakou moc.”* (Kor & Rojany-Buccieri, 2015)

## **Smíření**

Smíření může být cílem, nebo důsledkem terapií a mediací. Smíření může být požadováno v mnoha různých situacích, od drobných ublížení, přes konflikty o majetek, až po hlubší ublížení jako je třeba vztahová nevěra (Lisá, 2017).

Smíření je také žádáno mezi skupinami a národy, při řešení diskriminace, rasových problémů a válečných konfliktů. Po válečném konfliktu v Jihoafrické Republice v roce 1994, byla vytvořena Komise Pravdy a smíření (Truth and Reconciliation Commission), která v letech 1995-2002, vyšetřovala porušení základních lidských práv, jakými bylo ublížení na zdraví, mučení a vraždy. Vyslýchala jak oběti, tak pachatele, kteří občas mohli získat amnestii, při pravdivém vypovězení všech svých přestupků a přijmutí zodpovědnosti. Tato Komise se pokoušela o to, aby byly rány způsobené konfliktem zahojeny a národ se mohl posunout dál (“Truth Commission: South Africa”, 2009).

V této Komisi působil nositel Nobelovy ceny za mír arcibiskup Desmond Tutu (2014), který upozorňoval na odpuštění v tomto procesu např. těmito slovy:

*“Odpuštění není nic jiného, než způsob jakým léčíme svět. Svět vyléčíme tím, že vyléčíme naše srdce. Proces je jednoduchý, ale není lehký.”*



## 4. NÁVRH VÝZKUMNÉHO PROJEKTU

V této kapitole představím návrh kvalitativního výzkumu na téma smíření a odpuštění. Vycházím z literárně přehledové části této práce a cílem je rozšíření znalostí a hlubší porozumění procesu smíření a odpuštění.

### 4.1 Východiska a cíle výzkumu

Smíření je běžný fenomén v naší společnosti. Tento proces se nějak odehrává a ještě není dostatečně zmapován. Nadler a Shnabel (2008) uvádějí, že pro socioemocionální smíření je klíčová role omluvy a odpuštění v jeho procesu. Tato teorie je zaměřena na meziskupinové smíření, avšak je možné, že podobný mechanismus je aktivní i v blízkých interpersonálních vztazích.

Odpuštění je fenomén, který je hojně zkoumán v zahraničí. V posledních letech se objevuje jeho zkoumání i v kontextu smíření. V České republice se odpuštění letmo věnuje psycholog Jaro Křivohlavý. Několik studentů se jím zabývalo také ve svých závěrečných pracích na poli filosofie, teologie a psychologie. Avšak odpuštění zatím nebylo zkoumáno v kontextu smíření, proto se domnívám, že je vhodné prvně začít s kvalitativním výzkumem tohoto tématu.

Odpuštění a smíření bezpochyby patří k běžné lidské zkušenosti, a tak je porozumění těmto jevům důležité pro jejich správnou aplikaci. Jelikož jsou to komplexní dynamické jevy, tak je potřebné je zkoumat a zmapovat do hloubky, tedy na kognitivní, afektivní a behaviorální úrovni. Odpuštění bývá často zaměňováno se smířením, proto je důležité vymezit vzájemný vztah a porozumět mu v konkrétních případech. Pro terapeutické využití je důležité pochopit oba fenomény tak, jak se objevují přirozeně v mezilidských vztazích. Co je předcházelo, podpořilo, či naopak rušilo. Za daným účelem je proto navržen kvalitativní výzkum, který si klade za cíl poznat podrobněji smíření a odpuštění.

Primárním cílem tohoto výzkumu je poznání specifík smíření jak z pohledu oběti, tak z pohledu viníka a role cyklu omluvy a odpuštění. Na základě těchto zjištění bude možné zrekonstruovat kvantitativní výzkumný projekt, který by pomohl tuto tematiku prozkoumat u většího počtu lidí. Tyto poznatky by mohly být využity v terapeutické praxi a při výchově.

## 4.2 Výzkumné otázky

Pro navržený výzkumný projekt jsou formulovány tři základní výzkumné otázky, které pokrývají cíle tohoto výzkumu.

- Jakou podobu a proces má smíření v mezilidských vztazích?
- Jakou roli v něm hraje odpuštění a případně i omluva?
- Jaké jsou rozdíly ve vnímání těchto procesů u viníka a oběti?

## 4.3 Metody

Tento výzkum by se realizoval metodou **polostrukturovaného rozhovoru**, protože budou zkoumány intrapsychické procesy, které jsou nejpřístupnější pomocí rozhovoru od daného člověka. Polostrukturovaná forma je nejvýhodnější, protože dodržuje základní osnovu, což zaručuje setrvání u relevantního tématu u všech respondentů a zároveň umožňuje doptání se na podrobnosti v oblastech, které jsou informačně bohaté.

V průběhu tohoto rozhovoru budou kladeny otevřené otázky, které korespondují s výše uvedenými výzkumnými otázkami. Rozhovor se zaměřuje především na popis událostí, prožívané pocity, postoje a názory.

Tyto otázky jsou rozřazeny do následujících oblastí:

- pojetí smíření a odpuštění,
- realizace cyklu omluvy a odpuštění,
- zkušenost se smířením v pozici oběti,
- zkušenost se smířením v pozici viníka.

Tyto okruhy jsou koncipovány od obecného ke konkrétnímu, protože se jedná o citlivé informace. Každá oblast obsahuje otázky, které jsou uvedeny v příloze této práce (příloha č. 1.). Určitý počet podotázek spadá ke každé oblasti. Tyto otázky jsou primární. Očekává se, že v průběhu rozhovoru budou pokládány i otázky sekundární, jejichž formulace bude ponechána na uvážení výzkumníka. Ten se může libovolně doptat na informace k tématu na základě odpovědí respondenta.

Na začátku rozhovoru budou položeny demografické otázky, které se budou dotazovat na pohlaví, věk, nejvyšší dosažené vzdělání, náboženství a případnou aktivitu/pasivitu členství. V případě, že by byl věk pod stanovenou hranicí šedesáti pěti let, tak tazatel ukončí rozhovor.

#### **4.4 Výzkumný soubor a jeho popis**

Výzkum bude realizovaný seniorech, tedy osobách starších šedesáti pěti let. Cílem je získat jak muže, tak i ženy. Výzkumný soubor je zaměřen na seniory, protože se domnívám, že se již v životě setkali s odpuštěním a smířením. Výzkumy (Cheng & Yim 2008; Sifton, Flannelly & Lutjen, 2013) poukazují na to, že starší lidé se více zabývají tématem odpuštění. Předpokládám, že se bude jednat o aktivní seniory, kteří budou ochotni mluvit o daném tématu a odpovídat i na těžké a možná i nepříjemné otázky.

Výzkumný soubor není reprezentativní, protože dle Miovského (2006) to není podstatné pro kvalitativní výzkum. Cílem není zobecnit, ale poznat podstatu zkoumané problematiky.

#### **4.5 Výběr respondentů**

Získání respondentů může být obtížné, protože se jedná o citlivé a náročné téma. Je potřeba připomenout, že v kvalitativním přístupu obecně platí, že nelze dopředu určit metodu výběru vzorku, protože se může v průběhu změnit. Není určen ani finální počet respondentů, jelikož výzkum probíhá, dokud není získán potřebný objem dat. Případně sběr dat končí, jakmile získávána data opakují to, co jsme již zjistili (Miovský, 2006).

Předpokládám, že výběr respondentů bude proveden nepravděpodobnostní metodou výběru a to konkrétně metodou sněhové koule. Jelikož se jedná o citlivé téma, tak předpokládám, že zvolená metoda výběru může vzbuzovat u seniorů větší důvěru a ochotu zúčastnit se výzkumu. Výběr bude zahájen požádáním o spolupráci dvou Komunitních center pro seniory v Praze, aby byla získána první “generaci” účastníků výzkumu. Těmto organizacím bude představen výzkum na osobní schůzce, při kterém požádám o zprostředkování kontaktu s jejich klienty. Centrum bych také předala informační letáčky, na nichž by bylo uvedeno téma výzkumu, nástin jeho průběhu, představení výzkumníka, emailový a telefonní kontakt pro zájemce. Další účastníci mohou být navrženi předchozími účastníky, či nezávislými zprostředkovateli.

## 4.6 Sběr dat

Samotný sběr dat proběhne se seniory, kteří projeví zájem se tohoto výzkumu zúčastnit. Výzkumník si domluví schůzku, ve které bude rozhovor realizován. Odhadovaná časová náročnost je 90 až 120 minut. Setkání může proběhnout na několika místech, dle výběru respondenta. Bude nabídnuta kancelář výzkumníka v hlavním městě, v místě spolupracující organizace a případně pokud by respondenti projevíli žádost, tak v místě jejich bydliště. Jelikož se jedná o rozhovor s citlivým tématem, tak je podmínkou, aby se rozhovor konal na klidném místě v uzavřené místnosti, ve které se bude nacházet pouze výzkumník a respondent. Pokud to prostory umožní, tak tazatel nachystá na stůl vodu a nabídne respondentovi teplý nápoj.

Schůzka bude zahájena představením výzkumníka a průběhu výzkumu. Téma výzkumu bude letmo zmíněno, avšak nebudou explicitně řečeny cíle výzkumu a výzkumné otázky. Respondent bude srozuměn, že se jedná o anonymní rozhovor a dostane ujištění, že jeho jméno nebude nikde figurovat. Bude informován, že pro účely kvalitního zpracování dat bude tento rozhovor nahráván diktafonem. Pokud by respondent nesouhlasil s nahráváním, tak je možné nabídnout alternativu zápisu odpovědí na papír. Respondent bude vyrozuměn, že může kdykoliv bez udání důvodu z výzkumu odstoupit a být tak vyřazen z výzkumu. Poté respondent dostane k dispozici vytištěný informovaný souhlas k podepsání (příloha č. 1). Bude mu řečeno, že jeho podepsáním stvrzuje obeznámení se s těmito základními informacemi a souhlasí s anonymním zpracováním získaných dat. Po podpisu je zapnut diktafon a přistoupí se k rozhovoru. Pokud respondent odmítne účast, či nepodepíše informovaný souhlas, tak nebude zařazen do výzkumu.

Tazatel začne rozhovor otázkami zjišťujícími základní demografické údaje. Po jejich zjištění povede rozhovor dle stanovené osnovy tématických okruhů. Pořadí otázek v tématických okruzích je doporučeno dodržet, avšak je možné upravit pořadí postupu po těchto okruzích tak, aby byla podpořena plynulost tématu. Tazatel má k dispozici osnovu otázek (příloha č. 2), kterou postupně následuje a dle vlastního uvážení vhodně pokládá doplňující otázky. Po upřesnění a vysvětlení odpovědí respondentem tazatel vkládá vlastní shrnutí odpovědí, pro kontrolu jejich správného pochopení. Tato shrnutí nesmí být zavádějící a měla by být stručná, směřující k podstatě věci a korespondovat s výpovědí respondenta. Celý rozhovor je veden anonymně a tazatel se nedoptává na informace, které by mohly identifikovat zainteresované osoby. Jakmile je zodpovězena poslední otázka, tazatel vypne diktafon a poděkuje za účast na výzkumu.

Zároveň také nabídne možnost informování o výsledcích výzkumu a zaslání její závěrečné zprávy.

Rozhovor bude takto realizován se všemi zájemci. Předpokládaný počet je dvacet dokončených rozhovorů. Pokud by se odpovědi začaly významně opakovat dříve, může být výsledný počet respondentů i nižší. Očekávaná realizace sběru dat jsou dva měsíce, týdně jeden až dva rozhovory.

#### **4.7 Zpracování dat**

Prvním krokem při zpracování dat je transkripce získaných záznamů do elektronické podoby. Tento přepis probíhá průběžně, stejně jako zpracovávání již získaných dat.

Před samotnou analýzou navrhuji ještě dílčí úpravu transkripce pomocí tzv. redukce prvního řádu, což je proces transformace doslovného přepisu do plynulejší podoby. Tato úprava bude nezávisle provedena dvěma výzkumníky, kteří si daný výsledek poté porovnají a v případě nesrovnalostí provedou validizaci přes tazatele, či účastníka (Miovský, 2006).

Metoda vytváření trsů bude použita k analýze dat. Data budou uspořádána do skupin výroků, podle určitého překryvu informací a obsahové podobnosti.

## 5. DISKUZE

V návaznosti na návrh výzkumu zde uvedu úskalí a limity, kterým je potřeba věnovat pozornost. Hlavní metodou výzkumu je polostrukturovaný rozhovor, který může být ovlivněn intervenujícími proměnnými. Ty se mohou skrývat v prostoru, ve kterém je rozhovor prováděn, tazatelem nebo přístupem tazatele k respondentovi. Vzhledem k citlivému tématu je potřeba při rozhovoru navodit příjemnou, bezpečnou a zároveň profesionální atmosféru, která bude stejná pro všechny účastníky. Alespoň k částečnému ošetření tohoto rizika byla vytvořena osnova a návrh otázek pro rozhovor. Dále toto téma také vyžaduje citlivost a vyzrálост tazatele při pokládání sekundárních otázek, které nejsou jasně stanoveny. Je důležité dobře formulovat otázky a vhodně je začlenit do rozhovoru. Je možné, že se nelze vyhnout vytvářením dojmů, a vzniku osobních sympatií či antipatií, které mohou ovlivnit výsledky výzkumu, proto je důležité pečlivě zaznamenat všechny doplňující informace a případné odchylky v rozhovoru.

Vzhledem k tématu je riziko vzniku sociální desirability a jiných zkreslení především u popisu vlastních zkušeností. Je možné, že téma bude pro respondenty natolik intimní, že své odpovědi nevědomě zkreslí tak, aby bylo více sociálně žádoucí. Konkrétně ublížení v pozici oběti by mohlo být zveličeno a naopak vykonané ublížení by mohlo být bagatelizováno. Proto by bylo vhodné začlenit ke garanci anonymity také žádost a co nejpravdivější výpověď a ubezpečení respondenta o nehodnotící povaze rozhovoru. Nicméně nelze eliminovat všechna zkreslení a je tedy potřeba počítat s tím, že se jedná o subjektivní data, které podléhají percepčním, usuzovacím, interpretačním a jiným zkreslením. Na druhou stranu lze pohlížet na tento subjektivní pohled zúčastněného jako žádoucí, protože pomáhá nahlédnout na problematiku z jeho pozice se všemi skutečnostmi, co k tomu patří.

Další riziko vidím jak v časové, tak v obsahové v náročnosti rozhovoru. Uvedený dotazník je konstruován velmi hloubkově, což může respondenty unavit a to může vést ke ztrátě motivace a koncentrace. V případě, že by tazatel zpozoroval tento jev, bylo by vhodné zařadit 5-10 minutovou přestávku, ve které by si mohl senior oddechnout. Během této přestávky, by tazatel odešel z místnosti a přerušil nahrávání rozhovoru, aby se vyhnul nežádoucímu ovlivnění.

Výzkum je navržěn tak, aby splňoval etické požadavky a účastníci nebyli poškozeni. Neměla by byla způsobena újma psychická ani fyzická. Tazatel se ptá na konflikt, který již byl

vyřešen. V případě, že by se tazatel dotknul v rozhovoru citlivého tématu, jehož otevření by mohlo respondenta traumatizovat, tak přejde na další téma, nebo případně ukončí rozhovor.

Obsah teoretické části považuji za přínosný, protože se spolu uvádí tyto dva fenomény zvlášť i v souvislostech a čtenář má tak možnost udělat si přehled o těchto fenoménech a již provedených výzkumech. Obsahuje aktuální poznatky od rozličných zahraničních autorů a uvádí čtenáře do studia odpuštění a smíření. Práce obsahuje minimum českých zdrojů, protože čeští autoři také čerpali informace ze zahraničí.

Za úskalí v teoretické části považuji zejména nedostatečnou diferenciaci v druzích odpuštění. Různé druhy odpuštění se liší a mohou mít jiný průběh, faktory a jiné dopady na obě strany, viníka i oběti. Čtenář sice zjistí informace v širším kontextu, avšak některé mohou být platné pouze pro určité druhy odpuštění, což může zkreslit poznatky. Navrhuji je rozdělit a zkoumat zvlášť. Další směřování studia je vhodné směřovat na faktory, které ho mohou facilitovat či blokovat. Pro další práce je doporučuji více rozvést a rozdělit dle kognitivních, afektivních a behaviorálních aspektů. Motivace k odpuštění by mohla mít také samostatnou kapitolu.

Kapitola smíření může být zkreslena tím, že řada pramenů pojednává o smíření meziskupinovém, které může být odlišné od smíření interpersonálního. Rozdíly jsou v motivaci, procesech a ovlivňujících faktorech ve smíření se s blízkými či vzdálenými lidmi, a proto je potřeba brát tyto rozdíly v potaz jak v metodologii, tak i v důkladném rozlišení v teoretické části práce.

## **Závěr**

V této bakalářské práci jsou uvedeny základní teoretické poznatky, které jsou nutné k dalšímu hlubšímu a detailnějšímu studiu odpuštění a smíření. Tato práce je unikátní v tom, že přináší český překlad teorie Nadlera a Shnabel a to především jejich Modelu smíření založeném na potřebách, který popisuje dynamiku smíření. Pochopení tohoto modelu a dalších poznatků o smíření může pomoci čtenářům efektivně jej aplikovat ve svých životech, nebo při terapeutické praxi s druhými. V prvních dvou jsou rozpracovány odděleně enomény odpuštění a smíření. Ve třetí kapitole jsou popsány jejich vybrané společné aspekty, tedy předcházející události, její atribuce a strategie reakce. Pro práci s odpuštěním a případně smířením je důležité poznat situace, které vyžadují odpuštění, a které nikoliv. Také jaké jsou možnosti pasivních a aktivních strategií reakcí jak pro oběť, tak pro pachatele.

Téma odpuštění a smíření je aktuální a je potřebné jeho další vědecké zkoumání k lepšímu porozumění a využití pozitivních dopadů na lidské životy. Dalším tématem na zkoumání by mohlo být sebeodpuštění. To je důležité především u viníků, kteří ublížili sobě nebo ostatním a nesou si v sobě vinu, stud a další negativní emoce. Odpuštění by mohlo pomoci zpracovat pocity viny a studu i vůči sám sobě. V zahraničí je toto téma aktuální více zkoumáno.

Odpuštění a smíření by dále mohlo být zkoumáno v souvislosti se soucitem (compassion), či soucitem sám se sebou (self-compassion) a jinými pozitivně psychologickými fenomény, které jsou momentálně hojně rozvíjeny a zkoumány.

Výstupem této bakalářské práce bude prezentace na 25. celostátní konferenci Sekce psychologie zdraví Českomoravské psychologické společnosti.



## Seznam použité literatury

Akhtar, S. (2002). Forgiveness: Origins, dynamics, psychopathology, and technical relevance. *Psychoanalytic Quarterly*, 71, 175–212.

Allan, A., Allan, M., Kaminer, D., & Stein, D. (2006). Exploration of the association between apology and forgiveness amongst victims of human rights violations. *Behavioral Sciences & the Law*, 24, 87–102. doi:10.1002/bsl.689

APA (2010). *Publication Manual of the American Psychological Association* (6th Ed.). Washington: American Psychological Association.

Aquino, K., Tripp, T. M., & Bies, R. J. (2001). How employees respond to interpersonal offense: The effects of blame attribution, offender status, and victim status on revenge and reconciliation in the workplace [Online]. *Journal of Applied Psychology*, 86, 52–59.

Aquino, K., Tripp, T. M., & Bies, R. J. (2006). Getting even or moving on? Power, procedural justice, and types of offense as predictors of revenge, forgiveness, reconciliation, and avoidance in organizations. *Journal of Applied Psychology*, 91, 653–658.

Augustyn, J. (2013). *Bolest křivdy a radost odpuštění*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství.

Baghel, S., & Pradhan, M. (2014). Self-efficacy as a moderator between empathy and forgiveness relationship [Online]. *Indian Journal Of Positive Psychology*, 5(4), 388–392.

Bar-Tal, D. (1990). Causes and consequences of delegitimization: Models of conflict and ethnocentrism. *Journal of Social Issues*, 46, 65–81.

Baumeister, R. F., & Exline, J. J. (2000). Self-control, morality, and human strength. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(1), 29–42. <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.2000>

Baumeister, R. F., Exline, J. J., & Sommer, K. L. (1998). The victim role, grudge theory, and two dimensions of forgiveness. In E. L. Worthington Jr. (Ed.), *Dimensions of forgiveness*:

*Psychological research and theological perspective* (pp. 79-104). Radnor, PA: Templeton Foundation Press.

Bradbury, T. N., Rogge, R. D., & Lawrence, E. E. (2001). Reconsidering the role of conflict in marriage. In A. Booth, A. C. Crouter, & M. Clements (Eds.), *Couples in conflict* (pp. 59-81). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Bradfield, M., & Aquino, K. (1999). The effects of blame attributions and offender likeableness on forgiveness and revenge in the workplace. *Journal of Management*, 25(5), 607-631.

Braithwaite, S. R., Selby, E. A., & Fincham, F. D. (2011). Forgiveness and Relationship Satisfaction: Mediating Mechanisms [Online]. *Journal Of Family Psychology*, 25(4), 551-559. <https://doi.org/10.1037/a0024526>

Brown, R. P. (2004). Vengeance is mine: Narcissism, vengeance, and the tendency to forgive. *Journal of Research in Personality*, 38(6), 576-584. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jrp.2003.10.003>

Currier, J. M., Drescher, K. D., Holland, J. M., Lisman, R., & Foy, D. W. (2016). Spirituality, Forgiveness, and Quality of Life: Testing a Mediation Model with Military Veterans with PTSD [Online]. *International Journal For The Psychology Of Religion*, 26(2), 167-179. <https://doi.org/10.1080/10508619.2015.1019793>

Český statistický úřad. (2014). Náboženská víra obyvatel podle výsledků sčítání lidu [Online]. [cit. 2018-04-28]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/documents/10180/20551795/17022014.pdf/c533e33c-79c4-4a1b-8494-e45e41c5da18?version=1.0>

Davenport, D. S. (1991). The functions of anger and forgiveness: Guidelines for psychotherapy with victims [Online]. *Psychotherapy*, 28(1), 140-144. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.28.1.140>

David, R., & Choi, S. Y. P. (2006). Forgiveness and Transitional Justice in the Czech Republic [Online]. *Journal Of Conflict Resolution*, 50(3), 691-719.

De Waal, F. B. M., & Roosmalen, A. (1979). Reconciliation and consolation among chimpanzees. *Behavioral Ecology and Sociobiology*, 5, 55–66. <https://doi-org.ezproxy.is.cuni.cz/10.1007/bf00302695>

DiBlasio, F. A. (1998). The use of decision-based forgiveness intervention within intergenerational family therapy. *Journal of Family Therapy*, 20(1), 77-94.

Edwards, T., Pask, E., Whitbred, R., & Neuendorf, K. (2018). The influence of personal, relational, and contextual factors on forgiveness communication following transgressions [Online]. *Personal Relationships*, 25(1), 4-21. <https://doi.org/10.1111/pere.12224>

Eisenberger, N. I., Lieberman, M. D., & Williams, K. D. (2003). Does rejection hurt? An fMRI study of social exclusion. *Science*, 302, 290–292. doi:10.1126/science.1089134

Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2015). *Forgiveness therapy: an empirical guide for resolving anger and restoring hope* (Second edition). Washington, DC: American Psychological Association.

Enright, R. D., & Human Development Study Group. (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving, forgiveness, and self-forgiveness. *Counseling and Values*, 40(2), 107-126.

Exline, J. J., Worthington, E. L., Hill, P., & McCullough, M. E. (2003). Forgiveness and justice: A research agenda for social and personality psychology. *Personality and Social Psychology Review*, 7, 337–348. [https://doi-org.ezproxy.is.cuni.cz/10.1207/s15327957pspr0704\\_06](https://doi-org.ezproxy.is.cuni.cz/10.1207/s15327957pspr0704_06)

Feeney, J. A. (2005). Hurt feelings in couple relationships: Exploring the role of attachment and perceptions of personal injury [Online]. *Personal Relationships*, 12(2), 253-254.

Fehr, R., & Gelfand, M. J. (2010). When apologies work: How matching apology components to victims' self-construals facilitates forgiveness [Online]. *Organizational Behavior And Human Decision Processes*, 113(1), 37-50. <https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2010.04.002>

Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2002). Forgiveness in marriage: Implications for psychological aggression and constructive communication. *Personal Relationships*, 9, 239–251.

Fincham, F. D., Regalia, C., & Paleari, F. G. (2010). Forgiveness and Conflict Resolution in Close Relationships: Within and Cross Partner Effects [Online]. *Universitas Psychologica*, 9(1), 35-56.

Finkel, E. J., Rusbult, C. E., Kumashiro, M., & Hannon, P. A. (2002). Dealing with betrayal in close relationships: Does commitment promote forgiveness? *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 956-974.

Forgive [Online]. (2017). [cit. 2018-03-01]. Dostupné z: <https://www.etymonline.com/word/forgive>

Friedman, M. (1985). Toward a reconceptualization of guilt. *Contemporary Psychoanalysis*, 21(4), 501-547.

Fry, D. P. (2006). Reciprocity: The foundation stone of morality. In M. Killen & J. G. Smetana (Eds.), *Handbook of moral development* (pp. 399-422). Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Gibney, M. (2008). *The age of apology: facing up to the past*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

Gorsuch, R. L., & Walker, D. F. (2004). Dimensions underlying sixteen models of forgiveness and reconciliation [Online]. *Journal Of Psychology*, 32(1), 12-25.

Govier, T. (2006). *Taking Wrongs Seriously: Acknowledgment, Reconciliation, and the Politics of Sustainable Peace*. New York: Humanity Books.

Govier, T., & Verwoerd, W. (2002). Trust and the Problem of National Reconciliation [Online]. *Philosophy Of The Social Sciences*, 32(2), 178–205. <https://doi.org/10.1177/004931032002003>

Hajný, M. (2004). O smíření – z pohledu psychoterapie [Online]. [cit. 2018-03-01]. Dostupné z: <http://martin.hajny.net/?p=2175>

Harth, N. S., & Shnabel, N. (2015). Third-party intervention in intergroup reconciliation: The role of neutrality and common identity with the other conflict party. *Group Processes and Intergroup Relations*, 18(5), 676–695.

Hobfoll, S. E., Johnson, R. J., Ennis, N., & Jackson, A. P. (2003). "Resource loss, resource gain, and emotional outcomes among inner city women *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 632-643.

Holeman, V. T. (2004). *Reconcilable differences: hope and healing for troubled marriages* (1st ed.). Downers Grove: InterVarsity Press.

Chapman, A. R. (2007). Truth commissions and intergroup forgiveness: The case of the South African Truth and Reconciliation Commission. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 13(1), 51-69. doi:10.1037/h0094024

Cheng, S. T., & Yim, Y. K. (2008). Age differences in forgiveness: The role of future time perspective. *Psychology and Aging*, 3, 676–680.

Jennings, D. J. I. I., Worthington, E. L., Van Tongeren, D. R., Hook, J. N., Davis, D. E., Gartner, A. L. ... Mosher, D. K. (2016). The transgressor's response to denied forgiveness [Online]. *Journal Of Psychology*, 44(1), 16-27.

Jensen-Campbell, L. A., Adams, R., Perry, D. G., Workman, K. A., Furdella, J. Q., & Egan, S. K. (2002). Agreeableness, extraversion, and peer relations in early adolescence: Winning friends and deflecting aggression. *Journal of Research in Personality*, 36(3), 224-251.

Kelley, D. L., & Waldron, V. R. (2005). An investigation of forgiveness-seeking communication and relational outcomes. *Communication Quarterly*, 53, 339–358.

Kelman, H. C. (2008). Reconciliation From a Social-Psychological Perspective. In A. Nadler, T. E. Malloy, & J. D. Fisher, *The social psychology of intergroup reconciliation* (pp. 15-23). New York: Oxford University Press.

Kim, J. J., & Enright, R. D. (2016). "State and trait forgiveness": A philosophical analysis and implications for psychotherapy. *Spirituality in Clinical Practice*, 3(1), 32-44.

Kim, T., Shapiro, D. L., Aquino, K., Lim, V. K. G., & Bennett, R. J. (2008). Workplace offense and victims' reactions: The effects of victim-offender (dis)similarity, offense-type, and cultural differences. *Journal of Organizational Behavior*, 29, 415–433.

Kor, E. M., & Rojany-Buccieri, L. (2015). *Děti, které přežily Mengeleho: zpověď dvojčat Evy a Miriam*. Praha: Grada.

Krause, N., & Ellison, C. G. (2003). Forgiveness by God, forgiveness of others, and psychological well-being in late life. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 42, 77–93.

Křivohlavý, J. (2004). *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál.

Lawler-Row, K. A., Scott, C. A., Raines, R. L., Edlis-Matityahou, M., & Moore, E. W. (2007). The Varieties of Forgiveness Experience: Working toward a Comprehensive Definition of Forgiveness [Online]. *Journal Of Religion And Health*, 46(2), 233. <https://doi.org/10.1007/s10943-006-9077-y>

Lee, H. D., & Park, J. H. (2018). A Meta-Analysis of the Association Between Forgiveness of Others and Physical Health. *European Health Psychology Society*. (v tisku)

Lisá, N. (2017). *Odpuštění a smíření jako zvolená východiska pro řešení vztahové nevěry* (Bakalářská práce). Praha.

Luskin, F. (2007). *Forgive for love: The missing ingredient for a healthy and lasting relationship*. San Francisco: HarperCollins.

McCullough, M. E., Kurzban, R., & Tabak, B. A. (2010). Evolved mechanisms for revenge and forgiveness. In P. R. Shaver and M. Mikulincer (eds.), *Understanding and reducing aggression, violence, and their consequences* (pp. 221-239). Washington, DC: American Psychological Association.

McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington Jr., E. L., Brown, S. W., & Hight, T. L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: II. Theoretical elaboration and measurement [Online]. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 75(6), 1586 - 1603.

McCullough, M. E., Bono, G., & Root, L. M. (2007). Rumination, affect, and forgiveness: Three longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 490-505.

McCullough, Pargament, K. I., & Thoresen. (2000). *Forgiveness: theory, research, and practice*. New York: Guilford Press.

Meierhenrich, J. (2008). Varieties of Reconciliation [Online]. *Law & Social Inquiry*, 33(1), 195-231.

Miovský, M. (2006). Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu, Praha: Grada.

Mukashema, I., & Mullet, E. (2010). Reconciliation Sentiment Among Victims of Genocide in Rwanda: Conceptualizations, and Relationships with Mental Health [Online]. *Social Indicators Research*, 99(1), 25-39. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9563-1>

Mukashema, I., & Mullet, E. (2013). Unconditional Forgiveness, Reconciliation Sentiment, and Mental Health Among Victims of Genocide in Rwanda [Online]. *Social Indicators Research*, 113(1), 121-132. <https://doi.org/10.1007/s11205-012-0085-x>

Murphy, J. G. (2003), *Getting even: Forgiveness and its limits*, New York: Oxford University Press.

Myers, E., Hewstone, M., & Cairns, E. (2009). Impact of Conflict on Mental Health in Northern Ireland: The Mediating Role of Intergroup Forgiveness and Collective Guilt [Online]. *Political Psychology*, 30(2), 269.

Nadler, A., & Liviatan, I. (2006). Intergroup reconciliation: Effects of adversary's expressions of empathy, responsibility, and recipients' trust. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32, 459-470.

Nadler, A., & Shnabel, N. (2008). Instrumental and Socioemotional Paths to Intergroup Reconciliation and the Needs-Based Model of Socioemotional Reconciliation. In A. Nadler, T. E. Malloy, & J. D. Fisher, *The social psychology of intergroup reconciliation* (pp. 37-56). New York: Oxford University Press.

Nadler, A., & Shnabel, N. (2015). Intergroup reconciliation: Instrumental and socio-emotional processes and the needs-based model [Online]. *European Review Of Social Psychology*, 26(1), 93-125. <https://doi.org/10.1080/10463283.2015.1106712>

Nadler, A., & Shnabel, N. (2015). Intergroup reconciliation: Instrumental and socio-emotional processes and the needs-based model [Online]. *European Review Of Social Psychology*, 26(1), 93-125. <https://doi.org/10.1080/10463283.2015.1106712>

Newberg, A. B., d'Aquili, E. G., Newberg, S. K., deMarici, V. (2000). The neuropsychological correlates of forgiveness. In McCullough, M. E., Pargament, K. I., Thoresen, C. E. (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice* (pp. 91-110). New York: Guilford.

Noor, M., Shnabel, N., Halabi, S., & Nadler, A. (2012). When suffering begets suffering the psychology of competitive victimhood between adversarial groups in violent conflicts [Online]. *Personality and Social Psychology Review*, 16, 351-374. doi:10.1177/1088868312440048

Nyarko, F., & Punamäki, R. L. (2017). Meanings and preconditions of forgiveness among young adult war survivors in african context: A qualitative study [Online]. *Peace And Conflict*, 23(2), 162-173. <https://doi.org/10.1037/pac0000245>



Halík, T. (2005). O ateismu, pochybnostech a víře [Online]. [cit. 2018-03-05]. Dostupné z: <http://halik.cz/cs/tvorba/clanky-eseje/nabozenstvi-spolecnost/clanek/45/>

Ohtsubo, Y., Matsunaga, M., Suzuki, K., Kobayashi, F., Shibata, E., Hori, R. ... Ohira, H. (2018). Costly apologies communicate conciliatory intention: an fMRI study on forgiveness in response to costly apologies [Online]. *Evolution And Human Behavior*, 39(2), 249-256.

Orr, R. R., Sprague, A. M., Goertzen, L. R., Cornock, B. L., & Taylor, D. P. (2005). Forgiveness in a Counselling Context: Definition and Process [Online]. *Guidance*, 20(2), 71-77.

Palanski, M. (2012). Forgiveness and Reconciliation in the Workplace: A Multi-Level Perspective and Research Agenda [Online]. *Journal Of Business Ethics*, 109(3), 275-287. <https://doi.org/10.1007/s10551-011-1125-1>

Peterson, S. J., Van Tongeren, D. R., Womack, S. D., Hook, J. N., Davis, D. E., & Griffin, B. J. (2017). The benefits of self-forgiveness on mental health: Evidence from correlational and experimental research [Online]. *Journal Of Positive Psychology*, 12(2), 159-168. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1163407>

Petrović, N. (2017). Human potential for reconciliation: an attempt at the construction of the appropriate scale in the Balkans. *Balkan Social Science Review*, 9(9), 47-69

Brown, R. P., Wohl, J. J., & Exline J. J. (2008) Taking up offenses: Secondhand forgiveness and group identification. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34 (10), 1406-1419.

Ransley, C., & Spy, T. (2004). *Forgiveness and the healing process: a central therapeutic concern*. New York: Brunner-Routledge.

Rapske, D. L., Boon, S. D., Alibhai, A. M., & Kheong, M. J. (2010). Not forgiven, not forgotten: An investigation of unforgiven interpersonal offenses. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29, 1100–1130. <https://doi-org.ezproxy.is.cuni.cz/10.1521/jscp.2010.29.10.1100>

Reconciliate [Online]. (2017). [cit. 2018-03-15]. Dostupné z: [https://www.etymonline.com/word/conciliate?ref=etymonline\\_crossreference](https://www.etymonline.com/word/conciliate?ref=etymonline_crossreference)

Rusbult, C. E., & Farrell, D. (1983). A longitudinal test of the investment model: The impact on job satisfaction, job commitment, and turnover of variations in rewards, costs, alternatives, and investments [Online]. *Journal of Applied Psychology*, 68(3), 429-438.

Rusbult, C. E., Verette, J., Whitney, G. A., Slovik, L. F. & Lipkus, I. (1991) 'Accommodation Processes in Close Relationships: Theory and Preliminary Empirical Evidence', *Journal of Personality and Social Psychology*, 60: 53-78.

Shnabel, N., Nadler, A., & Dovidio, J. F. (2014). Beyond need satisfaction: Empowering and accepting messages from third parties ineffectively restore trust and consequent reconciliation [Online]. *European Journal Of Social Psychology*, 44(2), 126-140. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2002>

Silk, J. B. (2002). The form and function of reconciliation in primates [Online]. *Annual Review Of Anthropology*, 31(1), 21-44. <https://doi.org/10.1146/annurev.anthro.31.040402.101743>

Silton, N. R., Flannelly, K. J., & Lutjen, L. J. (2013). It Pays to Forgive! Aging, Forgiveness, Hostility, and Health [Online]. *Journal Of Adult Development*, 20(4), 222-231. <https://doi.org/10.1007/s10804-013-9173-7>

Sima, M. J., Pika, S., Matzinger, T., & Bugnyar, T. (2018). Reconciliation and third-party affiliation in carrion crows [Online]. *Ethology*, 124(1), 33-44. <https://doi-org.ezproxy.is.cuni.cz/10.1111/eth.12699>

Smedslund, J. (1991). The pseudoempirical in psychology and the case for psychologic. *Psychological Inquiry*, 2(4), 325-338. [http://dx.doi.org/10.1207/s15327965pli0204\\_1](http://dx.doi.org/10.1207/s15327965pli0204_1)

Stackhouse, M. R. D., Jones Ross, R. W., & Boon, S. D. (2018). Unforgiveness: Refining theory and measurement of an understudied construct [Online]. *British Journal Of Social Psychology*, 57(1), 130 - 153. <https://doi.org/10.1111/bjso.12226>

Stehlíková, M. (2012). *Fenomén odpuštění v kontextu psychoterapie* (Diplomová práce). Olomouc.

Strang, S., Utikal, V., Fischbacher, U., Weber, B., & Falk, A. (2014). Neural Correlates of Receiving an Apology and Active Forgiveness: An fMRI Study [Online]. *Plos One*, 9(2), 1-7. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0087654>

Struthers, C. W., Dupuis, R., & Eaton, J. (2005). Promoting forgiveness among co-workers following a workplace transgression: The effects of social motivation training. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 37(4), 299-308. doi:10.1037/h0087264

Sucharek, P. (2017). Zmierenie nieje odpustenie: Chvála odpustenia [Online]. *Filozofia*, 72(6), 417-428.

Szablowinski, Z. (2012). Apology with and without a request for forgiveness [Online]. *Heythrop Journal*, 53(5), 731-741. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2265.2011.00720.x>

Tavuchis, N. (1991). *Mea Culpa: Asociology of apology and reconciliation*. Stanford: Stanford University Press.

Tenklová, L. (2014). *Profil duševního zdraví u odpouštějících a neodpouštějících osob* (Diplomová práce). Brno.

David T. C., Au, K., Elizabeth C. & Ravlin, E., C. (2003) 'Cultural variation and the psychological contract'. *Journal of Organizational Behavior*, 24(1), 451-471.

Thompson, L., Snyder, R., Micheal, T., Rasmussen, N., Billings, S., & Roberts, E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others and situations. *Journal of Personality*, 73(1), 313-360. doi:10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x

Tomlinson, E. C., Dineen, B. R., & Lewicki, R. J. (2004). The Road to Reconciliation: Antecedents of Victim Willingness to Reconcile Following a Broken Promise. *Journal of Management*, 30(2), 165-187. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jm.2003.01.003>

Toussaint, L., Worthington, E. L., Van Tongeren, D. R., Hook, J., Berry, J. W., Shivy, V. A. ... Davis, D. E. (2018). Forgiveness Working: Forgiveness, Health, and Productivity in the Workplace [Online]. *American Journal Of Health Promotion*, 32(1), 59-67.

Truth Commission: South Africa (2009). [Online]. [cit. 2018-03-01]. Dostupné z <https://www.usip.org/publications/1995/12/truth-commission-south-africa>

Tutu, D., Tutu, M. A., & Abrams, D. C. (2014). *The book of forgiving: The fourfold path for healing ourselves and our world*. London: William Collins

Van Lange, P. A. M., Rusbult, C. E., Drigotas, S. M., Arriaga, X. B., Witcher, B. S., & Cox, C. L. (1997). Willingness to sacrifice in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(6), 1373-1395.

Weiner, B., (1995). *Judgments of responsibility: A foundation for a theory of social conduct*. New York: Guilford Press.

Wieselquist, J. (2009). Interpersonal forgiveness, trust, and the investment model of commitment. *Journal of Social and Personal Relationship*, 26, 531-548.

Wittig, R. M., & Boesch, C. (2005). How to repair relationships—reconciliation in wild chimpanzees (*Pan troglodytes*). *Ethology*, 111, 736–763.

Wohl, M. J. A., DeShea, L., & Wahkinney, R. L. (2008). Looking within: Measuring state self-forgiveness and its relationship to psychological well-being. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement*, 40(1), 1-10.

Worthington, E. L. (2003). *Forgiving and reconciling: bridges to wholeness and hope* (Rev. ed.). New York: InterVarsity Press.

Worthington, E. L. (2005). *Handbook of forgiveness*. New York: Routledge.

Worthington, E. L., Griffin, B. J., Berry, J. W., Hook, J. N., Davis, D. E., Scherer, M. ... Campana, K. L. (2015). Forgiveness-reconciliation and communication-conflict-resolution interventions versus retested controls in early married couples [Online]. *Journal Of Counseling Psychology*, 62(1), 14-17. <https://doi.org/10.1037/cou0000045>

Worthington, E. L., Jr. (2006). *Forgiveness and reconciliation: Theory and application*. New York: Taylor & Francis Group.

Worthington, E. L., Jr., & Drinkard, D. T. (2000). Promoting reconciliation through psychoeducational and therapeutic interventions. *Journal of Marital and Family Therapy*, 26, 93–101.

Yamamoto, C., Ishibashi, T., Yoshida, A., & Amano, M. (2016). Effect of valuable relationship on reconciliation and initiator of reconciliation in captive bottlenose dolphins (*Tursiops truncatus*) [Online]. *Journal Of Ethology*, 34(2), 147-153.

Yarn D. H., & Jones G. T. (2009). A biological approach to understanding resistance to apology, forgiveness, and reconciliation in group conflict [Online]. *Law And Contemporary Problems*, 72(2), 63.

Zheng, M. X., van Dijke, M., Narayanan, J., & De Cremer, D. (2018). When expressing forgiveness backfires in the workplace: victim power moderates the effect of expressing forgiveness on transgressor compliance [Online]. *European Journal Of Work And Organizational Psychology*, 27(1), 70-87.

## **Přílohy**

Příloha č. 1 – Rozdílná dimenzionální zaměření instrumentálního a socioemocionálního smíření

Příloha č. 2 – Model smíření založený na potřebách

Příloha č. 3 – Most smíření

Příloha č. 4 – Návrh informovaného souhlasu pro účastníky výzkumu

Příloha č. 5 – Návrh osnovy otázek pro polostrukturovaný rozhovor

## Příloha 1.

	Socioemocionální smíření	Instrumentální smíření
Cíl změny	Je to změna vnitřní, přičemž je uznána a zaručena rovnocenná <i>identita</i> každé strany a tomu odpovídající sebeobraz	Změna vnější, vybudování důvěryhodného <i>vztahu</i> mezi stranami
Povaha změny	Revoluční změna, která nastane relativně okamžitě po úspěšném proběhnutí cyklu omluvy a odpuštění	Evoluční změna, která probíhá prostřednictvím plnění různých úkolů a postupným se učením důvěřování druhé strany
Časové zaměření	Klíčem je řešení dopadu bolesti od ponížení, které vzniklo v minulosti	Pracuje se v přítomnosti a změna se děje prostřednictvím opakování konstruktivní zkušenosti kooperace s opoziční stranou
Cíl smíření	Integrace konfliktních stran do jednotného vnímání skupiny. Rozvinutí vnímání “my”	Separace opozičních stran tak, aby mohli koexistovat vedle sebe bez konfliktů

Tabulka 1 - Rozdílná dimenzionální zaměření instrumentálního a socioemocionálního smíření (Nadler & Shnabel, 2008)

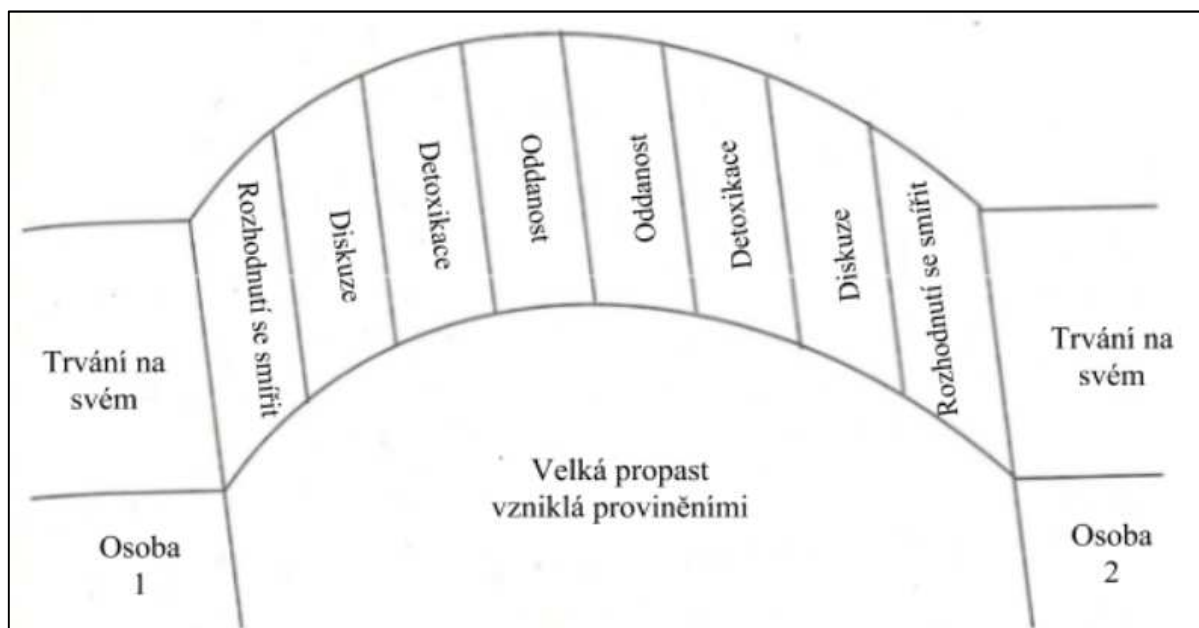
## Příloha č. 2.

	Role	
	Oběť	Viník
Ohrožená dimenze identity	Pocit moci	Morální obraz
	↓	↓
Zlepšení prostřednictvím	<b>Posílení</b> (oběť si přeje, aby viník převzal zodpovědnost za způsobení nespravedlivosti)	<b>Přijetí</b> (viník si přeje, aby oběť vyjádřila empatii)
	↓	↓
Následky zlepšení	Obnovený pocit moci	Obnovený morální obraz
	↓	↓
Výsledek	Zvýšená ochota ke smíření	

Tabulka 2 - Model smíření založený na potřebách (Nadler & Shnabel, 2008)



### Příloha č. 3



Obrázek 1: Most smíření (Worthington, 2003)

## **Příloha č. 4**

### **Návrh informovaného souhlasu pro účastníky výzkumu**

---

Svým podpisem stvrzuji, že jsem byl/a seznámen/a s podmínkami a obsahem výzkumného projektu Denisy Zábranské. Rozumím jim a souhlasím s nimi.

Dále dávám své svolení k tomu, aby byl výzkumný rozhovor nahráván, zpracován do elektronické podoby a následně anonymizován a analyzován. Souhlasím s tím, aby byla tato data publikována, citována a prezentována v bakalářské práci i v jiných odborných publikacích, prezentacích a odborných článků.

Souhlasím se způsobem, jakým bude chráněna má identita a udržena anonymita během výzkumu i po jeho skončení.

Jsem si vědom/a, že v průběhu rozhovoru mohu kdykoliv odmítnout zodpovědět otázku a případně ukončit rozhovor. Po poskytnutí rozhovoru mohu do deseti dnů odstoupit z výzkumu.

**Souhlasím s účastí na tomto výzkumném projektu.**

Jméno a příjmení: .....

Datum narození: .....

Datum podpisu: .....

**Podpis:** .....

## **Příloha č. 5**

### **Návrh osnovy otázek pro polostrukturovaný rozhovor**

---

#### **Demografické údaje**

Jste muž nebo žena?

Kolik je Vám let?

Jaké je Vaše nejvyšší dokončené vzdělání?

Jaké náboženství vyznáváte? Jste praktikujícím členem?

#### **Pojetí smíření a odpuštění**

- 1. Co je pro Vás smíření?**
- 2. Za jakých okolností se může odehrát?**
3. Existují situace, po kterých není možno smíření? Z jakého důvodu?
- 4. Co je pro Vás odpuštění?**
- 5. Za jakých okolností se může odehrát?**
6. Existují situace, po kterých není možno odpustit? Z jakého důvodu?
7. Jsou uvedené pojmy totožné, nebo mezi nimi existují rozdíly? Případně co je totožné, jaké jsou rozdíly?

#### **Realizace cyklu omluvy a odpuštění**

- 8. Je možné smíření bez omluvy a odpuštění?**
9. Jakou roli hraje omluva při smíření? Jakou pro viníka a jak pro oběť?
10. Jakou roli hraje omluva při smíření? Jakou pro viníka a jak pro oběť?

#### **Zkušenost se smířením z pozice oběti**

- 11. Zažil/a jste situaci, ve které Vám blízký člověk ublížil, se kterým jste poté smířil/a?**
12. Co se odehrálo od začátku konfliktu až po smíření se s daným člověkem?
- 13. Co způsobilo obrat směrem ke smíření?**
14. Věděl/a jste již po konfliktu, že se chcete usmířit?
15. Co bylo na smíření nejtěžší?
- 16. Jak jste poznal/a, že jste se usmířili? Kdy to bylo?**
17. Pokusil/a jste se Vy udělat něco pro to, aby došlo k usmíření?

18. Pokud by se daná situace odehrála znovu, měl/a byste zájem se znovu smířit?
19. Omluvil/a se Vám? Pokud ano, přijal/a jste omluvu? Pokud ne, co vás vedlo k její odmítnutí? Byla pro Vás dostatečná, nebo považujete jinou formu za vhodnější? Jakou?
20. Přál/a jste se, aby se Vám viník omluvil? Jak by omluva zněla?

### **Zkušenost se smířením z pozice viníka**

- 1. Zažil/a jste situaci, ve které jste ublížila Vašemu blízkému člověku ublížil a se kterým jste poté smířil/a?**
2. Co se odehrálo od začátku konfliktu až po smíření se s daným člověkem?
- 3. Co způsobilo obrat směrem ke smíření?**
4. Věděl/a jste již po konfliktu, že se chcete usmířit?
5. Co bylo na smíření nejtěžší?
6. Jak byste zareagoval, pokud by se daná situace znovu odehrála?
- 7. Omluvil/a jste se mu/jí? Jak omluva probíhala?**
8. Co Vás vedlo k omluvě?
9. Za jakých okolností byste byl/a ochotna se omluvit?
- 10. Odpustil/a Vám ten člověk? Jak jste to poznal/a?**
- 11. Jak jste poznal/a, že jste se usmířili? Kdy to bylo?**
12. Pokusil/a jste se Vy udělat něco pro to, aby došlo k usmíření?